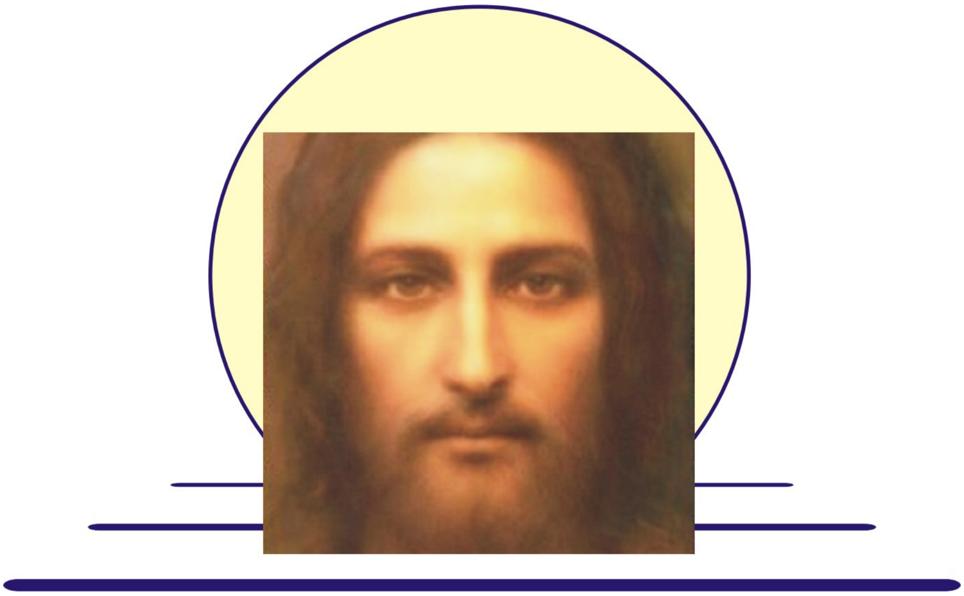
ISUS VORBEŞTE:

Despre a trăi în lume



Dictări divine prin mediumul Gina Lake

Traducere de Răzvan-Alexandru Petre

SPIRITUS.RO
Bucureşti, 2022

Colecţia CĂRŢILE LUI ISUS

„Jesus Speaking: On Being in the World"

by Gina Lake

Endless Satsang Foundation, 2020

RadicalHappiness.com

Conţinut

Mediumul Gina Lake s-a înregistrat lecturând mesajele care formează capitolele acestei cărţi, pe care le-am tradus în limba română. Puteţi asculta şi citi simultan subtitrarea pe YouTube cu toate capitolele cărţii “Isus vorbeşte: despre trezirea spirituală întru iubire”, în playlist-ul:

https://www.youtube.com/playlist?list=PLOOJJ4OAZhUvnjYH3jvutB-SsBtCNIb0Y

PREFAȚĂ

Această carte tipărită însoţeşte un audiobook. Mesajele transmise de Isus, pe care se bazează această carte, au făcut parte din întâlnirile video săptămânale online, unde eu şi soţul meu oferim ceea ce numim transmisiuni ale Conştiinţei Cristice. Mesajele au fost primite de la Isus înainte de transmisiile energetice pentru a pregăti, învăţa şi inspira pe cei care sunt pe recepţie. Mulţi relatează că simt o energie şi de la aceste mesaje canalizate mediumnic.

Isus ne-a rugat pe soţul meu şi pe mine să oferim aceste transmisii, deoarece acesta este unul dintre modurile prin care Isus şi cei douăzeci şi şapte Maeştri Ascensionaţi care lucrează cu Isus intenţionează să ridice nivelul conştiinţei umanităţii.

Transmisia durează aproximativ douăzeci de minute şi se face în tăcere, cu excepţia unei muzici care e menită să ajute oamenii să se deschidă şi să o primească. În timpul transmisiei, soţul meu şi cu mine acţionăm doar ca antene pentru Conştiinţa Cristică, care curge spre Pământ pentru a fi primită de toţi cei care sunt dispuşi să se deschidă şi să fie înălţaţi de harul divin. Întrucât nu există, de fapt, nici timp, nici spaţiu, acestea nu sunt o barieră pentru primirea transmisiei, care funcţionează la fel de bine online, ca şi în persoană. Puteţi afla mai multe despre aceste transmisii pe site-ul meu web la adresa: **www.RadicalHappiness.com/transmissions**

Transmisia energetică se oferă în mod firesc de către învăţătorul spiritual aspirantului, ca şi de fiinţe din dimensiunile superioare către cei din dimensiunea noastră dispuşi să o primească. Transmisia a fost folosită de-a lungul veacurilor pentru a accelera evoluţia spirituală şi a eleva conştiinţa. În acest proces are loc şi vindecarea emoţională şi uneori fizică, deoarece purificarea blocajelor energetice face parte, în mod necesar şi natural, din elevarea conştiinţei.

Deoarece această carte este creată din transcrieri ale mesajelor recepţionate de la Isus şi citite de mine, vei găsi că limbajul este ceva mai personal şi mai direct orientat către tine, cititorul, decât în alte cărţi ale mele. Această carte este menită să fie şi ascultată, nu doar citită.

Audiobook-ul este disponibil pe Audible.com, iTunes.com şi pe site-ul meu, RadicalHappiness.com.

Speranţa mea este că atât cartea audio, cât şi această carte tipărită ce o însoţeşte vă vor oferi experienţa de a intra în legătură cu fiinţa înţeleaptă şi iubitoare pe care o cunoaştem ca fiind Isus Cristos, căci el vă vorbeşte ca şi cum aţi fi în prezenţa lui. Atunci când îl canalizez pe Isus, am experienţa unei relaţii de iubire necondiţionată cu o fiinţă înţeleaptă, ceea ce sper să fie şi experienţa voastră când citiţi sau ascultaţi aceste cuvinte. În urma acestor mesaje, puteţi să cunoaşteţi mai bine şi să întruchipaţi mai pe deplin Conştiinţa Cristică.

Gina Lake,
ianuarie, 2020

Capitolul 1

Cum să vindecaţi omenirea şi să transformaţi lumea

«Salutări! Sunt cel pe care-l ştiţi ca Isus Cristos.

Fiecare fiinţă şi orice altceva are propria sa evoluţie. Fiecare persoană, ca şi florile sau alte plante ori animalele, evoluează conform planului său. Acest plan, şi la plante, şi la animale, şi la fiinţele umane, se găseşte în ADN. Dezvoltarea, creşterea şi învăţarea ce rezultă din această creştere fac parte din viaţa oricărei fiinţe vii. Plantele şi animalele nu au cum să nu înveţe ceva şi voi, la fel.

La fel ca plantele şi animalele, sunteţi programaţi să aveţi anumite experienţe pentru creşterea şi evoluţia voastră, care nu pot fi evitate. Destinul plantelor este să înflorească sau să poarte seminţe şi să moară, şi tot aşa aveţi şi voi destinul vostru. Anumite experienţe sunt incluse în proiectul vostru.

Cu toate acestea, spre deosebire de animale şi plante, aveţi liber-arbitru şi vă puteţi opune acestui proiect. Dar când faceţi asta, suferiţi. Vă simţiţi groaznic când vă opuneţi la ceea ce este natural şi face parte din proiectul vostru – şi aşa este potrivit să vă simţiţi. În caz contrar, creşterea şi evoluţia nu s-ar conforma planului, or planurile sunt importante.

Acest univers şi altele sunt proiectate de Marele Designer; nu sunt întâmplătoare sau fără scop. Fiecare creaţie are propriul său scop în Întreg şi, prin urmare, are un proiect specific. Sunteţi concepuţi pentru a îndeplini un scop în cadrul creaţiei. Când îndepliniţi acest scop, se spune că sunteţi "în flux", iar când nu-l îndepliniţi, se spune că nu sunteţi "în flux".

A fi "în flux" oferă experienţa fericirii, iubirii şi păcii interioare, pe când a nu fi "în flux" oferă opusul acestei experienţe. Şi, aşa cum am spus, exact aşa trebuie să se întâmple. Disconfortul de a nu fi "în flux" are rolul să te readucă "în flux". Această neplăcere nu este o pedeapsă, ci un semnal, un avertisment că sunteţi în afara fluxului. Fără un astfel de mecanism de corecţie, Întregul nu ar funcţiona corespunzător.

Sunteţi ca celulele dintr-un corp: Fiecare celulă trebuie să îndeplinească funcţia pentru care a fost concepută, căci altfel, corpul nu va funcţiona corect. Aceasta nu este doar o metaforă; ci este însăşi realitatea: Voi sunteţi celule în corpul lui Dumnezeu!

După cum în organism există celule sănătoase, care funcţionează bine, dar, posibil, şi celule nesănătoase, care funcţionează prost sau deloc, tot aşa există oameni care funcţionează bine şi îşi îndeplinesc proiectul, dar şi alţii care nu funcţionează corespunzător, precum şi toate variantele intermediare. Iar aceste celule sau persoane nesănătoase reprezintă o problemă pentru Întreg. Fiecare celulă şi fiecare persoană are influenţă asupra Întregului. Nicio celulă sau persoană nu trăieşte singură sau separată de Întreg, ci fiecare celulă sau persoană contează pentru Întreg.

Aşa se întâmplă şi cu voi. Fiecare dintre voi contează pentru Întreg şi pentru Dumnezeu. Fiindcă vi s-a dat liber-arbitru, voinţa voastră vă afectează nu numai pe voi, ci pe toţi ceilalţi. Celulele bolnave, de exemplu, afectează celulele din jur, care trebuie să compenseze acţiunile haotice ale celulei bolnave sau să-i corecteze efectele negative asupra organismului. Ceea ce faceţi are importanţă!

Iar ceea ce faceţi pleacă de la ceea ce vă trece prin minte. Ceea ce gândiţi determină ceea ce faceţi, dar, mai ales, ceea ce credeţi contează pentru întreaga Creaţie. Creaţia fie va beneficia, fie nu. Puteţi fi o binecuvântare pentru Întreg sau un balast ori piedică, dar şi acest lucru este permis. Aveţi voie să faceţi alegeri dăunătoare, chiar şi dintr-acelea care afectează Întregul, căci atunci când loviţi în voi înşivă sau în alţii, cu adevărat, loviţi în Întreg.

Voi consideraţi că liberul-arbitru ar fi „al vostru" şi, prin urmare, că v-ar afecta în cea mai mare parte pe voi înşivă, dar adevărul este că afectează pe toată lumea şi tot ce există în univers. Aceasta este o realitate de-a dreptul intimidantă – să fiţi atât de puternici! Şi totuşi, chiar sunteţi atât de puternici, poate fără ca să fiţi conştienţi de puterea voastră. Vă explic acum acest lucru, ca să ştiţi sigur că sunteţi puternici şi că sunteţi importanţi.

S-ar putea să vă întrebaţi: "Cum ar putea conta pentru Întreg micile mele alegeri cotidiene? Multe dintre ele nu par să afecteze pe nimeni în afară de mine". Ceea ce nu înţelegeţi este că sunteţi cu toţii conectaţi la

niveluri mai profunde decât doar cel fizic. Deci, deşi o alegere a voastră nu pare să afecteze pe nimeni altcineva, totuşi o face.

Iată ce se petrece: Fiecare gând pe care îl credeţi devine parte a conştientului şi inconştientului colectiv al umanităţii, de unde afectează toate fiinţele umane. Sunteţi conectaţi la toată lumea, chiar şi la cei pe care nu i-aţi cunoscut niciodată. Sunteţi conectaţi pe niveluri de care nu sunteţi conştienţi.

Dacă un anumit gând predomină în omenire – în mintea egotică a umanităţii – înseamnă că a ajuns acolo prin repetare şi consens. Minţile egotice sunt foarte asemănătoare la toate fiinţele umane. Asta nu doar fiindcă aveţi cu toţii o cultură comună şi un ego, ci şi pentru că împărtăşiţi o istorie multimilenară – şi împărtăşiţi chiar aceeaşi minte! În esenţa voastră şi la nivelul minţii, sunteţi una. Minţile voastre sunt, literalmente, conectate între ele.

Împărtăşiţi cu toţii atât negativitatea minţii egotice, cât şi înţelepciunea şi strălucirea adevăratului vostru Sine. Nu sunteţi prea diferiţi unii de ceilalţi. Gândiţi aceleaşi gânduri, aveţi aceleaşi emoţii şi aveţi acelaşi potenţial de a fi divini. Cu adevărat, există o singură minte şi o singură Fiinţă, care se manifestă ca umanitatea, în nenumărate forme diferite.

Acest adevăr are consecinţe importante pentru umanitate: Cu cât vă vindecaţi mai mult propria minte, cu atât devine mai tămăduită mintea umanităţii şi cu atât va deveni mai uşor pentru alţi oameni să se vindece şi să devină mai liberi. Ceea ce gândiţi şi credeţi contează pentru întreaga omenire! Schimbaţi-vă în bine propria minte, şi atunci se va schimba şi mintea unică pe care o împărtăşiţi cu umanitatea.

Puteţi vindeca şi elibera omenirea chiar şi fără să ieşiţi din casă, doar vindecându-vă propria minte şi eliberându-vă de minciunile pe care umanitatea le-a crezut timp de milenii. Asta vă încurajează – nu-i aşa? – pe toţi cei care vă întrebaţi dacă munca emoţională şi spirituală pe care o faceţi are vreun efect practic în lume. Are! Strădaniile voastre de a vă vindeca şi de a vă eleva conştiinţa contează nu numai pentru voi, ci pentru toate fiinţele umane. Vindecarea emoţională şi munca spirituală sunt atât de valoroase! Când vă vindecaţi pe voi înşivă, vindecaţi şi omenirea. Când vă ridicaţi conştiinţa, ridicaţi şi conştiinţa umanităţii.

Poate că nu vedeţi roadele acestei lucrări şi nu veţi fi niciodată pe deplin conştienţi de ele, pentru că nu vi se dezvăluie toate subtilităţile acestor mistere. Şi poate dura ceva timp până când vă veţi bucura de gustul acelor roade, dar ele există mai mult decât vă daţi seama. Contează mai mult decât vă daţi voi seama! Şi nici nu contează dacă faceţi această muncă emoţională şi spirituală doar pentru propria eliberare de suferinţă; lucrarea pe care o faceţi asupra voastră va elibera, în mod natural şi automat, şi pe alţii, deşi este puţin probabil să conştientizaţi lucrul acesta.

Nu doar rugăciunile, intenţiile şi acţiunile voastre pentru a-i ajuta pe ceilalţi sunt importante. Ba, chiar mai importante sunt eforturile voastre de a vă eleva propria conştiinţă şi de a vă elibera de limitările şi negativitatea propriei minţi. Fiţi "egoişti" în această privinţă, pentru că nu este egoism să faci ceva pentru a te elibera de ego. Eliberarea de propriul ego este cea mai importantă lucrare pe care o veţi face vreodată, cu consecinţele cele mai de anvergură.

Oamenii susţin prea des că spiritualitatea nu este practică, că are un impact benefic redus sau deloc asupra problemelor lumii. Şi poate că unele dintre lucrurile pe care oamenii le fac în numele spiritualităţii nu au prea mult impact. Dar vă garantez că meditaţia şi alte practici spirituale care vă ridică conştiinţa afectează şi conştiinţa umanităţii în ansamblu – şi este chiar singurul mod în care, cu adevărat, se înalţă conştiinţa umanităţii: câte o persoană pe rând.

Este bine dacă simţiţi îndemnul să munciţi pentru a îmbunătăţi mediul sau alte condiţii de pe această planetă. Acest lucru este excelent şi în conformitate cu scopul vieţii multor oameni. Este bine, de asemenea, chiar dacă nu sunteţi atraşi să faceţi aceste lucruri, dar sunteţi atraşi de practicile spirituale şi de un stil de viaţă mai puţin implicat în lume.

Una dintre principalele modalităţi prin care lucrurile se schimbă şi se vor schimba în această lume este faptul că oamenii se interiorizează, descoperă cine sunt cu adevărat, demască minciunile din mintea lor egotică şi apoi acţionează în consecinţă pe scară mai redusă sau mai largă. La ce bun dacă acţiunile tale nu sunt iniţiate de adevăratul tău Sine, ci provin din frica, judecata, ura, vina sau furia ego-ului tău? Cum pot astfel de acţiuni neinspirate să transforme din temelii omenirea, care este obiectivul esenţial?! Ştiţi deja cum arată lumea creată de ego.

Trebuie să recreaţi o lume nouă devenind voi înşivă oameni noi, fiecare dintre voi.

Dacă aş şti că există vreo altă modalitate de a realiza asta, v-aş învăţa-o. Dar vă învăţ ce trebuie să ştiţi pentru a vă transforma conştiinţa, pentru a aduce Conştiinţa Cristică în această lume. Despre asta vorbesc învăţăturile mele şi pentru asta vi le aduc acum, în acest moment al istoriei.

Omenirea trebuie transformată din interior spre exterior şi nu va fi transformată în alt mod. Eliminaţi minciunile, convingerile greşite, emoţiile negative şi confuziile din corpul-minte, ceea ce îl va face un vehicul curat nu doar pentru Adevăr, cu majusculă, ci şi pentru propriul adevăr personal despre cum să vă trăiţi viaţa. Odată ce v-aţi purificat pe interior, acţiunile voastre vor fi clare, curate, hotărâte şi folositoare pentru întreaga umanitate. Fără acea claritate interioară, umanitatea este ca un motor murdar care nu funcţionează lin sau adecvat şi chiar se poate defecta.

Deveniţi limpezi şi curaţi lăuntric, în interiorul vostru, şi atunci mintea umanităţii va deveni, de asemenea, mult mai clară şi mai curată. Vă rog să împărtăşiţi aceste informaţii cu ceilalţi. Omenirea poate fi şi este „reparată”, ca să zicem aşa, din interior spre exterior, văzând falsitatea minţii egotice, acea voce din capul vostru, şi descoperind adevărul care vă va elibera.

Sunt aici pentru a vă transmite acest Adevăr, care este Adevărul universal – ceea ce a fost întotdeauna adevărat şi va fi întotdeauna adevărat. Acest adevăr se bazează pe dragoste. Acest adevăr va salva omenirea. Faceţi această lucrare emoţională şi spirituală nu numai pentru voi, ci pentru toată lumea. Vă mulţumesc că v-aţi deschis la acest mesaj. Eu sunt mereu cu voi.»

Capitolul 2

Cum să ne unim ca o singură lume

«Pe Pământ, au existat întotdeauna oameni cu diferite niveluri de conştiinţă, deoarece, în acest fel, sunteţi provocaţi să învăţaţi. Sunteţi cu toţii provocaţi unii de ceilalţi şi cu toţii învăţaţi unii de la ceilalţi. Dar niciodată în istorie nu au existat oameni cu niveluri atât de diferite de conştiinţă care să trăiască atât de aproape unii de ceilalţi şi în contact prin intermediul internetului.

În trecut, când aveaţi mai puţine ocazii de a fi în prezenţa unora diferiţi de voi şi erau mai puţini oameni pe planetă – adică nu cu prea mult timp în urmă – reuşeaţi să reduceţi la minimum conflictele înconjurându-vă cu persoane având aceeaşi mentalitate. Eraţi mai puţin conştienţi şi afectaţi de persoane din diferite culturi şi ţări şi având puncte de vedere atât de diverse.

Acum, toţi aveţi de-a face cu toţi ceilalţi şi trebuie să înţelegeţi cum şi de ce sunteţi diferiţi unii de ceilalţi, şi sunteţi provocaţi pe reţelele sociale, sau chiar de către vecini, să găsiţi modalităţi de a vă împăca cu cei diferiţi de voi. Mai mult, moravurile de pe reţelele de socializare sunt de aşa natură încât confruntarea, nu politeţea, este la modă, ceea ce agravează situaţia.

Diferenţele sunt întotdeauna o problemă pentru ego. Ego-ul nu se simte confortabil în prezenţa persoanelor care arată diferit sau se comportă diferit sau au credinţe diferite. Ego-ul ar prefera să nu-i întâlnească pe cei care sunt diferiţi. În zilele noastre, acest lucru este imposibil şi trebuie să învăţaţi să depăşiţi această aversiune faţă de „celălalt" şi să vă conştientizaţi prejudecăţile şi această antipatie iraţională faţă cei care nu sunt ca voi.

Trebuie să vă învingeţi această reacţie automată faţă de cei care sunt diferiţi de voi pentru a vă putea uni ca o singură lume, lucru pe care trebuie să-l faceţi acum pentru însăşi supravieţuirea voastră ca specie. Am putea spune că acestea sunt durerile naşterii voastre, ca o lume unită. Aceasta este problema: Vă puteţi depăşi prejudecăţile rasiale, religioase şi culturale?! Cu alte cuvinte, vă puteţi depăşi ego-ul, cel puţin în această privinţă?! Va trebui s-o faceţi, căci pe zi ce trece, lumea devine mai mică,

într-un sens, populaţia mărindu-se, iar telecomunicaţiile şi călătoriile multiplicându-se.

În majoritatea lumilor, modul în care se realizează această integrare şi acceptare a diferenţelor rasiale, religioase şi culturale este căsătoria mixtă. Pe măsură ce dispar distincţiile dintre rase, creşte armonia lumii. Acest lucru se petrece de obicei încet, dar în lumea voastră se petrece relativ rapid astăzi, ceea ce pune unele probleme. Dar, până la urmă, căsătoriile mixte vor slăbi tensiunile dintre voi. Acesta este modul cel mai obişnuit în care o lume depăşeşte prejudecăţile rasiale, iar cei care se aventurează primii în căsătoriile mixte sunt nişte pionieri care slujesc societatea dărâmând barierele, cu un mare sacrificiu personal.

Poate că cel mai important pas pentru a uni lumea este accesul global la educaţie şi la alte resurse, care va ridica nivelul de trai al indivizilor şi naţiunilor. Acum este posibil ca ţările nedezvoltate să se dezvolte rapid, dacă li se oferă o mână de ajutor tehnologic şi educaţional. Tehnologia promite multe pentru lumea voastră, dar trebuie să ajungă pe mâinile celor care o vor folosi în beneficiul celor care au nevoie, nu ca să-i oprime. Aceasta este întotdeauna o provocare.

Există două forţe care lucrează în scopuri opuse în lumea voastră, ca şi în multe alte lumi similare cu a voastră. Pe de o parte, există aceia, ca şi voi, care cred în ajutorarea celorlalţi şi împărtăşirea a ceea ce au cu alţii – aşa cum v-am învăţat eu cu mult timp în urmă. Ei înţeleg că propria lor bunăstare depinde şi este indisolubil legată de bunăstarea celorlalţi şi a Întregului.

Apoi, există aceia care sunt interesaţi numai de ei înşişi şi de familia lor apropiată. Lucrează doar în interesul propriu, fără să ia în considerare Întregul, faţă de care nu simt nicio datorie. Această perspectivă este opusă idealurilor spiritualităţii şi religiei, opusă Adevărului şi reprezintă, în esenţă, o boală spirituală, întrucât Dumnezeul lor, ca să zicem aşa, este ego-ul.

Din păcate, cei pentru care ego-ul este Dumnezeul lor sunt, de asemenea, adesea aceia care câştigă cele mai mari bogăţii şi le folosesc în scopuri corupte, adică să se îmbogăţească în detrimentul altora. Iar bogăţia lor le aduce adesea şi putere politică sau capacitatea de a corupe guvernul pentru a le servi propriile interese. Aceasta este o problemă pe care o cunoaşteţi bine astăzi peste tot în lume.

Astăzi, corupţia este mai mare, deoarece mai multe bogăţii decât oricând sunt în mâinile a doar câtorva persoane, care este întotdeauna o situaţie periculoasă. Banii şi puterea corup. Banii şi puterea le permit unora să fie deasupra legii, deoarece cei bogaţi şi puternici sunt capabili să mituiască oficialii pentru a obţine ceea ce doresc sau pentru a evita să fie traşi la răspundere pentru infracţiunile lor. Astfel de dezechilibre ale avuţiei din lumea voastră creează mari distrugeri şi suferinţe, inclusiv o utilizare abuzivă a resurselor pământului, războaie, revoluţii şi dictaturi.

Aceasta este o descriere a lumii voastre de astăzi. Situaţia de pe Pământ este foarte grea ca vibraţie, dar există şi multe lumini strălucitoare – multe, multe persoane cu o conştiinţă superioară, care au ajuns aici pentru a încerca să transforme situaţia, iar o mare parte din ceea ce fac chiar este de ajutor.

Una dintre cele mai importante şi evidente soluţii este distribuirea mai echitabilă a bogăţiei în fiecare ţară şi în întreaga lume. Fără asta, vor rămâne doar două clase – cei bogaţi şi săraci, „avuţii" şi slujitorii lor – şi asta nu poate duce decât la nefericire, furie şi revoluţie. Aceasta este o problemă care trebuie rezolvată, căci altfel vă veţi scufunda şi mai profund în haos şi turbulenţe sociale.

Soluţia acestei probleme ţine de guvern, în special prin impozitare. Acest lucru a făcut posibil ca unele ţări să funcţioneze liniştite şi fericite. Aveţi multe exemple de ţări în care impozitarea echitabilă funcţionează bine.

Fără o reformare a structurilor fiscale care păstrează această inegalitate, situaţia va intra într-o spirală descendentă a inegalităţilor tot mai mari. Pentru a echilibra puterea trebuie echilibrate avuţiile. Nimeni nu merită şi nu are nevoie să câştige de sute de ori mai mult decât salariul minim, iar fiecare lucrător merită şi are nevoie de un salariu decent. Ar trebui să fie evident că o astfel de discrepanţă a averilor stă la baza majorităţii problemelor voastre. Prea multă bogăţie înseamnă prea multă putere, iar asta subminează democraţia şi creează o societate nesănătoasă.

Oamenii trebuie să ceară şanse egale şi mulţi o fac. Dacă această schimbare nu se va produce în curând, situaţia se va agrava. În cele din urmă, această schimbare se va întâmpla, cel mai probabil ca urmare a

protestelor, răscoalelor şi conflictelor. Dar ce bine ar fi ca această transformare să fie realizată paşnic, din interiorul sistemului!

Am spus adesea că schimbările din lumea voastră vor avea loc ca urmare a schimbărilor din fiecare dintre voi, din conştiinţa voastră. Şi acest lucru este adevărat. Când îţi elevezi conştiinţa, vezi în mod natural lucrurile dintr-o perspectivă care depăşeşte ego-ul şi propriul interes personal. Când majoritatea oamenilor va începe să facă alegeri şi să voteze pentru ceea ce este mai bun pentru Întreg şi pentru viitorul planetei, chiar dacă acest lucru pare să fie împotriva propriului lor interes personal – de exemplu, prin faptul că trebuie să plătească mai multe taxe, astfel încât cei mai năpăstuiţi de soartă să primească o educaţie sau o asistenţă medicală mai bună – atunci lumea aceasta va fi foarte diferită, o lume mult mai bună pentru toţi.

Mulţi aţi descoperit sau veţi descoperi că politicile care sunt bune pentru toată lumea sunt, de asemenea, bune şi pentru voi. În acest moment, poate fi dificil să se înţeleagă acest lucru, când atât de mulţi îşi văd doar de propriul interes, inclusiv oficialii guvernamentali. Din punctul de vedere al ego-ului, nu pare deloc că, de exemplu, dacă plăteşti impozite mai mari – dacă chiar ai de unde plăti – ai putea beneficia cumva. Dar când toată lumea este mai fericită şi mai liniştită, asta te include şi pe tine. Şi atunci când guvernele sunt finanţate şi administrate în mod adecvat, iar drumurile şi şcolile îi servesc pe toţi, oamenii se vor simţi bine şi fericiţi să trăiască în ţara lor.

Oare cum te simţi când ţara ta te dezamăgeşte?! Mulţi se simt aşa acum, şi din motive întemeiate. Nu toată lumea primeşte o educaţie adecvată şi nici hrană, asistenţă medicală sau locuinţă adecvată, chiar şi cei care lucrează din greu. Acest lucru nu este sănătos pentru nicio societate. Inegalitatea economică este un teren propice pentru disperare, criminalitate, violenţă şi abuz de droguri şi alcool.

Fără aceste plăgi sociale, aţi fi cu toţii mai fericiţi. Vă ajută să-i ajutaţi pe cei care cad pradă disperării, criminalităţii, violenţei şi abuzului de droguri şi alcool. Trebuie să vă ocupaţi de aceste probleme ca societate, deoarece acele probleme sunt create de societate.

Soluţia este să oferiţi copiilor voştri o educaţie şi alimentaţie adecvate, formare profesională şi oportunităţi de muncă pentru un salariu decent, reabilitare după consumul de droguri şi alcool şi asistenţă

medicală la preţuri accesibile. În caz contrar, veţi trage ponoasele încercând să combateţi criminalitatea şi traficul de droguri prin poliţie, încarcerare şi alte modalităţi. Aceste probleme nu vor fi rezolvate prin închiderea persoanelor pe care le vedeţi ca fiind sursa problemelor. Aceste probleme sunt simptomul unei societăţi care nu asigură în mod adecvat nevoile de bază ale cetăţenilor săi.

Luaţi banii pe care îi băgaţi în poliţie, combaterea traficului de droguri şi întreţinerea închisorilor şi puneţi-i în şcoli, formare profesională, reabilitare şi asigurarea unor salarii decente şi veţi avea o societate mai fericită. *Dăruiţi* săracilor – nu-i ignoraţi, încarceraţi, marginalizaţi şi pedepsiţi. Aşa veţi rezolva sărăcia şi dependenţa de droguri, suferinţa şi criminalitatea care decurg din ele. Şi aşa v-am învăţat acum două mii de ani: „Fă altora aşa cum ai vrea să-ţi facă ei ţie”.

Ceea ce împiedică acest lucru este mentalitatea de tip „noi contra ei”, prin care îi priviţi pe cei care cauzează probleme ca fiind răi şi, prin urmare, meritând a fi pedepsiţi. Îi priviţi ca fiind diferiţi de voi, ca inferiori. Dar dacă v-aţi afla în situaţia lor?! Dacă aţi fi crescut în mahala? Oare cum ar fi decurs viaţa voastră?! Oare ce decizii proaste aţi fi luat dacă nu aţi fi avut oportunităţi reale sau nişte modele pentru o altfel de viaţă?

Problema nu sunt aceşti oameni. Problema este viziunea voastră asupra problemei. Problema este că societatea nu îşi face treaba. Dacă şi-ar fi făcut-o, nu ar exista această categorie inferioară de oameni care cauzează probleme, sau măcar numărul lor ar fi mult mai mic. Vestea bună este că puteţi face ceva în acest sens, dacă aveţi voinţa politică şi înţelegeţi problema. Unii dintre politicienii voştri chiar o fac! Ascultaţi-i. Soluţiile sunt la îndemână.

Fiţi pe pace! Eu sunt mereu cu voi.»

Capitolul 3

Cum să creăm un ambient favorabil evoluţiei spirituale

«Sunt sigur că nu v-aţi aşteptat să vă vorbesc despre curăţenia casei, dar acesta este subiectul meu de astăzi. Mă refer nu doar la curăţarea gândurilor, ci şi la curăţarea ambientului personal.

Mediul în care trăiţi este o reflectare a mediului interior în multe privinţe, deşi această afirmaţie ar putea fi interpretată exagerat. Iată ce vreau să spun: Când starea voastră interioară este, în general, liniştită, mediul în care locuiţi este, de asemenea, probabil, liniştit. Şi opusul este adevărat: atunci când mediul exterior este liniştit, el favorizează o stare interioară de linişte.

Cum arată un mediu liniştit? Este orice ambient care vă oferă un sentiment de pace. Asta poate însemna că este neaglomerat şi simplu. Sau ar putea fi plin de lucruri frumoase care evocă serenitatea. Nu există nicio formulă pentru cum să arate un mediu liniştit. Este ceva care vă trezeşte o stare de împăcare.

Pare misterios – ceva care invocă un sentiment de pace interioară. Prin ce magie se realizează? Aproape orice fel de frumuseţe naturală face asta, cum ar fi apusuri de soare, copaci, flori, stânci, nori şi păsări. Şi diversele frumuseţi făcute de mâna omului o pot face, mai ales anumite culori, combinaţii de culori şi forme. Deşi, într-un fel, frumuseţea este în ochii privitorului, totuşi, anumite culori şi forme şi aranjamente sunt considerate universal frumoase şi plăcute, ceea ce aduce pacea, plăcerea şi relaxarea.

Ideea este că vă puteţi îmbunătăţi starea interioară şi, astfel, vă puteţi ajuta evoluţia spirituală, creând în casa voastră sau chiar la locul de muncă un ambient care evocă liniştea, plăcerea şi relaxarea. Majoritatea aveţi în casele voastre camere de lucru care poate că nu evocă liniştea, plăcerea şi relaxarea, deoarece biroul este un spaţiu destinat muncii. Şi e în regulă. Dar măcar aveţi alte spaţii în care puteţi să vă relaxaţi şi să fiţi, pur şi simplu?! Aveţi spaţii care vă fac să vă simţiţi bine, relaxaţi şi ca acasă?!

Nu-i nevoie să fiţi bogaţi pentru a crea astfel de spaţii în casă. Aşa cum tocmai am menţionat, simplitatea conduce în mod natural la relaxare, linişte şi spaţialitate. Lipsa aglomerării dă minţii mai puţin de lucru. Conţinând mai puţine obiecte de care ochii se lovesc şi provoacă gânduri, un ambient aerisit seamănă foarte mult cu a sta cu ochii închişi, ceea ce tinde să liniştească mintea.

Acesta este un motiv pentru care căutătorii spirituali, asceţii, călugării şi călugăriţele sunt adesea încurajaţi să-şi limiteze bunurile. Cu cât aveţi mai multe posesiuni, cu atât trebuie să vă petreceţi mai mult timp întreţinându-le şi vă rămâne mai puţin timp pentru a vă interioriza. Şi, de asemenea, cu cât aveţi mai puţine bunuri, cu atât ambientul vostru seamănă mai mult cu peisajul interior spaţios şi gol al meditaţiei.

Totuşi, numărul obiectelor nu este neapărat un impediment pentru pace, dacă acele obiecte sunt frumoase, plăcute şi induc liniştea. Unii oameni îşi trag multă bucurie şi linişte din lucrurile lor. Lucrurile plăcute din jur îi fac să se simtă în siguranţă, protejaţi, relaxaţi şi fericiţi.

Cu toate acestea, mulţi au în jurul lor o grămadă de obiecte care nu le oferă plăcere sau pace, iar dacă eşti unul dintre acei oameni, atunci chestiunea merită să fie examinată. Îţi plac obiectele din casă? Eşti recunoscător pentru prezenţa lor? Îţi aduc plăcere şi pace? Dacă nu, de ce sunt acolo? Dacă nu sunt deosebit de agreabile, dar sunt practice, este în regulă. Atunci iubeşte-le şi fi-le recunoscător pentru utilitatea lor.

Dacă în casă ai ceva de care nu ai nevoie şi nu-ţi place şi nu-ţi aduce bucurie sau pace, atunci probabil că produce contrariul, fie că eşti conştient sau nu de asta. Ţi-ai dat seama că deţinerea de lucruri de care nu ai nevoie şi care nu îţi plac te apasă psihic şi îţi diminuează bunăstarea spirituală?!

Să vă explic: Unele lucruri vă sunt *favorabile*, iar altele acţionează împotriva voastră. Într-un sens, ele nu vă aparţin, ci ţin de alt spaţiu, poate rezonează cu altcineva. Numai o persoană extrem de sensibilă poate percepe direct acest lucru, dar aproape oricine îl poate conştientiza, dacă înţelege că totul din ambientul său îi influenţează conştiinţa.

Nu numai oamenii, ci şi obiectele au o anumită energie, care fie susţine conştiinţa, fie nu. Desigur, multe dintre aceste efecte sunt foarte mici, dar efectul unor obiecte poate fi destul de semnificativ, în special

cele care au aparţinut altor persoane sau care au ataşate forme-gând negative. Pe de altă parte, unele obiecte au fost infuzate cu o mare dragoste, care, de asemenea, poate fi simţită.

Dacă ambientul are un efect negativ asupra conştiinţei voastre, chiar şi foarte subtil, acest lucru poate fi schimbat destul de uşor. Mulţi oameni spirituali, care-şi doresc un ambient care să reflecte pacea şi frumuseţea adevăratei lor naturi, sunt inspiraţi în mod natural să-şi creeze un astfel de mediu. Totuşi, dacă nu simţiţi această nevoie naturală, cel mai probabil din cauza anumitor condiţionări şi convingeri, atunci ambientul vă poate afecta negativ şi vă va îngrădi să vă relaxaţi şi să fiţi în Prezenţă.

Deci, influenţa acţionează în ambele sensuri: Cei care sunt în legătură cu starea lor naturală tind să-şi creeze un mediu de lucru şi la domiciliu care să o reflecte, dacă este posibil. Iar traiul într-un mediu care reflectă pacea şi frumuseţea stării naturale facilitează starea respectivă.

Acesta este motivul pentru care adesea se sugerează ca meditatorii să-şi creeze o atmosferă specială în camera în care meditează. Sunt încurajaţi să expună poze cu sfinţi sau maeştri iluminaţi pe un altar, flori sau alte obiecte naturale de mare frumuseţe, cum ar fi cristale, culori şi lumini liniştitoare, dar nimic care le poate aminti de lumea exterioară sau de muncă.

Scopul unei astfel de atmosfere este de a facilita simţirea stării voastre naturale, el reflectând pacea, relaxarea şi bucuria stării voastre naturale. Are rolul să vă ajute să vă lăsaţi deoparte ego-ul şi ideile lui despre cine sunteţi, munca voastră şi rolurile voastre în lumea aflată dincolo de uşa camerei, astfel încât să vă puteţi întâlni mai uşor adevăratul vostru Sine.

Oare ambientul de acasă reflectă valorile şi trăirea adevăratului vostru Sine, starea voastră naturală sau, dimpotrivă, valorile şi mentalitatea ego-ului?! De exemplu, televizorul este un simbol al lumii şi perspectivei ego-ului, căci asta se vede mai ales la televizor. Dacă televizorul domină ambientul şi este deschis în majoritatea timpului, acest lucru nu va favoriza trăirea stării voastre naturale.

Pe de altă parte, muzica înălţătoare, imaginile din natură, lucrările artistice frumoase şi obiectele naturale, cum ar fi cristale, flori, scoici,

lemnişoare, pietre şi fântâni ornamentale, vă ajută să vă aliniaţi cu adevăratul vostru Sine. Acestea calmează mintea, în loc să o agite.

Lucrurile frumoase şi obiectele naturale au puterea de a vă schimba conştiinţa, dacă le daţi ocazia, adică dacă le daţi lor atenţie în loc să vă pierdeţi în gânduri. Dacă sunteţi prezenţi la astfel de lucruri, ele vă pot aduce în Prezenţă.

Unul dintre motivele pentru care obiectele frumoase şi natura au această putere este că majoritatea oamenilor *doresc* să acorde atenţie obiectelor frumoase. Pentru că le *adoră*, le oferă atenţia lor. Şi asta înseamnă că nu vor mai da atenţie realităţii imaginare a minţii. Ei adoră ceea ce se află în faţa lor, în loc să-şi adore gândurile.

Acesta este motivul pentru care este important să aveţi în ambient lucruri pe care le iubiţi. Când eşti înconjurat de lucruri pe care le placi, este mai uşor să fii prezent – să fii aliniat cu adevăratul tău Sine. Dar şi opusul este adevărat: Când eşti înconjurat de lucruri care *nu*-ţi plac, probabil că te vei contracta sau vei evada în realitatea virtuală a minţii tale. Există două soluţii la această dilemă: Învăţaţi să iubiţi lucrurile din jur sau înconjuraţi-vă cu lucruri pe care le iubiţi.

Ce-ar fi să vă examinaţi ambientul şi să eliminaţi obiectele de care nu aveţi nevoie şi care nu vă plac?! Dacă vă plac lucrurile pe care le aveţi de mult timp, atunci păstraţi-le, dar nu le păstraţi doar pentru că le aveţi de atâta timp. Uneori, a trăi în prezent necesită să renunţaţi la obiectele care vă amintesc de trecut.

Lucrurile din jur care vă amintesc de trecut şi de unele pierderi nu vă aduc niciun folos şi n-au niciun sens. Nici măcar lucrurile care vă amintesc de o glorie trecută nu vă aduc niciun beneficiu şi nu vă ajută conştiinţa. Adeseori, obiectele înlănţuie oamenii de trecut şi de vechile identităţi într-un mod nesănătos.

A fi în prezent în acum înseamnă a lăsa în urmă amintirile şi atracţiile din trecut. Asta nu înseamnă că i-aţi dezonora pe cei pe care i-aţi pierdut sau că aţi întina trecutul sau viaţa, ci că cinstiţi prezentul şi trăirea în realitate – adică ce este adevărat *acum*. Cel mai bun mod de a onora o persoană decedată este să vă trăiţi viaţă din plin, iar asta înseamnă să trăiţi în aici-şi-acum.

Obiectele trecutului poartă o anumită energie şi vă pot evoca anumite gânduri şi emoţii. În măsura în care vă implicaţi în ele, aceste

gânduri şi emoţii vă colorează şi vă modelează momentul prezent şi vă împiedică să simţiţi prospeţimea clipei. Dacă aveţi astfel de obiecte în jurul vostru, fiţi conştienţi că ele *chiar* vă afectează conştiinţa. Totul influenţează totul.

Dar de ce nu v-aţi pune în jur obiecte care evocă sentimentele superioare ale stării voastre naturale, precum recunoştinţa, pacea, bucuria şi iubirea?! Cum ar arăta un astfel de mediu? Ar fi frumos, curat şi neticsit. Şi de ce este importantă curăţenia şi neaglomerarea? Motivul este practic. Când ochiul vede murdărie sau dezordine, adesea se declanşază condiţionările legate de murdărie şi dezordine, chiar şi la persoanele care cred că nu le deranjează murdăria şi dezordinea. Dacă ceva din mediu declanşează sentimentul că trebuie curăţat sau aranjat, atunci odihna, relaxarea şi starea de pace devin mai dificil de obţinut. Un ambient îngrijit, curat şi ordonat este odihnitor pentru toată lumea. Într-un mediu în care se pare că nu mai trebuie făcut nimic îţi este mai uşor să nu faci nimic şi doar să fii. Este mai liniştitor şi mai odihnitor să te uiţi în gol, la nimic, decât să te uiţi la o grămadă de hârtii, de exemplu. Desigur, acest efect este subtil, dar există, iar conştientizându-l, veţi putea lua măsuri pentru a vă limpezi şi curăţa spaţiul.

Mai există şi un alt avantaj dacă faceţi asta. Vă simţiţi bine. De ce vă simţiţi bine? Pentru că sunteţi condiţionaţi să vă relaxaţi şi să vă simţiţi bine în mijlocul ordinii, frumuseţii şi curăţeniei. La nivel de instinct elementar, la fel cum animalele construiesc cu atenţie un cuib sau o vizuină şi le menţin curate, şi voi sunteţi programaţi să faceţi acelaşi lucru. Împotrivindu-vă acestei programări, veţi simţi un anume disconfort. Uneori, trebuie să vă urmaţi condiţionările, pentru că ele există. Chiar dacă vă spuneţi „asta nu mă deranjează", sunt şanse să vă deranjeze. Mediul înconjurător vă afectează conştiinţa şi capacitatea de a fi în prezent.

Vă rog să faceţi tot ce puteţi pentru a vă crea un ambient care să încurajeze şi să reflecte starea voastră naturală. Făcând acest lucru, de asemenea, vă declaraţi sinceritatea şi dedicarea faţă de calea spirituală.

Vă mulţumesc pentru dorinţa voastră de a depune eforturi ca să vă elevaţi conştiinţa. Eu sunt mereu alături de voi.»

Capitolul 4

Cum se foloseşte ego-ul de conceptul de timp

«Aş dori să vă vorbesc despre timp şi despre cum ego-ul, prin vocea din capul vostru, se foloseşte de noţiunea de timp pentru a vă face să suferiţi.

Timpul este un concept. Nu există aşa ceva. Este o iluzie. Pare să existe, dar nu există. Asta înseamnă că toate celelalte cuvinte legate de timp sunt, de asemenea, iluzii. Sunt concepte. Conceptele sunt o iluzie.

Conceptele sunt utile pentru a comunica, dar nu există timp, adică trecut sau viitor. Există doar experienţa de acum. Dar pentru că experienţa de acum se schimbă mereu, pare că ar exista trecut, prezent şi viitor, pe când adevărul este că există doar acum.

Faptul că viaţa este mereu în schimbare face să pară că timpul există, dar el nu există. Acest acum se schimbă mereu, dar întotdeauna există numai acum.

Trecutul şi viitorul sunt concepte şi imaginaţii. Ele nu fac parte din realitate. Nu sunt reale. Nu există nimic concret care să poată fi numit trecutul şi nimic care să fie viitorul. În realitate, există fie lucruri pe care le poţi vedea, fie lucruri pe care ochii nu le pot vedea, dar care totuşi există. Timpul nu este un lucru pe care îl poţi vedea sau care ar putea fi văzut de o fiinţă sau de un aparat. Prin urmare, este un concept. Şi o imaginaţie. Timpul pare să existe din simplul motiv că mintea îşi imaginează că ar exista.

Realitatea nu include conceptele sau imaginaţiile. După cum o definesc eu, pe de o parte, există realitatea şi, pe de alta, există ceea ce pare a fi realitate, dar nu este: anume realitatea fabricată de minte, adică poveştile şi imaginaţiile minţii umane.

Aceste idei, noţiuni şi imagini născocite nu au nimic de-a face cu realitatea, dar par să aibă. Ele creează realitatea imaginară a minţii egotice şi a sinelui fals.

Această realitate imaginară plăsmuită de minte este o iluzie, iar sursa suferinţei este acest set iluzoriu de idei, poveşti, credinţe şi imagini, nicidecum realitatea în sine. Realitatea este, pur şi simplu, ceea ce există. Nu există suferinţă, până în momentul când mintea decide că nu-i place

cum arată realitatea. Această împotrivire la realitate este sursa suferinţei umane.

Desigur, puteţi argumenta că o durere fizică este chinuitoare şi de acolo vine suferinţa, şi există ceva adevăr în acest argument. Dar împotrivirea la existenţa acelei dureri şi cum amplifică mintea acea durere şi cum readuce ea mereu gânduri şi frici legate de acea durere în momente în care nu te doare nimic, toate acestea creează acea suferinţă care face ca durerea să fie greu de suportat.

Cele mai multe dureri pot fi gestionate fără acea frică, acele poveşti şi alte motive suplimentare de crispare care fac durerea mai greu de suportat.

Vă spun toate acestea pentru a vă ajuta să înţelegeţi mai bine cum vă creaţi singuri suferinţa, astfel încât să vă puteţi elibera de ea. Fără noţiunea de timp, ar fi dificil pentru realitatea mentală a ego-ului să provoace suferinţă. Conceptele de trecut şi viitor sunt implicate în fabricarea falsului sine şi crearea suferinţei. Aceste concepte îi permit minţii să creeze o naraţiune despre falsul sine, şi exact asta este el cu adevărat. Falsul sine nu este, în esenţă, decât o sumă de idei despre cine ai fost în trecut, cine eşti acum şi cine vei fi în viitor.

Conceptele de trecut şi viitor fac posibilă, de asemenea, compararea momentului prezent cu ideile despre trecut şi viitor, în aşa fel ca prezentul să pară indezirabil sau problematic. Pentru a menţine falsul sine, mintea egotică (vocea din cap) trebuie să te împiedice să fii prezent la realitate. Şi o face declarând că momentul prezent este neplăcut sau plictisitor şi apoi fascinându-te cu poveşti despre tine, adică falsul sine, care includ trecutul şi viitorul tău.

Atunci, odată ce începi să crezi că eşti sinele fals, ea îţi vine cu nişte false credinţe negative care te fac să suferi. Suferinţa este creată şi întreţinută prin repetarea mentală sau verbală a unor poveşti, precum: “Nu pot suporta asta” sau “Nu voi putea reuşi niciodată”. Dacă nu spui şi nu repeţi acea poveste, vei descoperi că nicio experienţă nu durează mult timp. Acum-ul este mereu în schimbare. Dacă rămâi în acum, nici măcar durerea nu va persista identic prea mult timp. Conceptele de trecut şi viitor întreţin durerea fizică şi psihică mult mai mult timp decât ar dura ea, dacă ai rămâne în prezent.

Prin faptul că, prin intermediul gândurilor, aduci în prezent amintiri dureroase sau temeri legate de viitor, prezentul se umple cu durere şi frică, care nu ar trebui să existe în acest acum. Suferinţa este creată şi prelungită inutil prin gânduri dureroase şi înfricoşătoare.

Oamenilor le este greu să priceapă acest lucru, pentru că ei chiar cred că ideile şi credinţele lor despre realitate ar fi însăşi realitatea. Ei cred în realitatea iluzorie produsă de mintea lor. Mintea spune "Este îngrozitor" şi aşa devine situaţia. Mintea spune "Acest lucru nu ar trebui să se întâmple" şi aşa că te simţi trist, furios şi o victimă.

Însă nu există tristeţe, furie sau victimizare inerentă în niciun acum. Acestea sunt emoţii şi experienţe pe care le creaţi prin gânduri. Sunteţi atât de puternici, încât puteţi crea o realitate iluzorie şi apoi să o confundaţi cu realitatea.

Vă aflaţi aici, în această dimensiune, în parte, pentru a afla că faceţi acest lucru şi cum să nu-l mai faceţi. Aceasta este provocarea voastră: să depăşiţi suferinţa specifică condiţiei umane.

Provocarea este să vă controlaţi această capacitate de a crea o realitate iluzorie, inclusiv senzaţia iluzorie de "eu" ca individ limitat şi suferind, singur şi vulnerabil într-o lume înfricoşătoare şi ostilă. Ca şi cum aţi fi fost abandonaţi pe o insulă pustie cu câteva unelte de supravieţuire, trebuie să depăşiţi dificultatea psihică de a avea o minte egotică ce creează o realitate iluzorie şi un iluzoriu sine fals.

Din fericire, aveţi uneltele necesare pentru a depăşi această dificultate. Cel mai important instrument este conştientizarea adevărului, anume că suferinţa nu este obligatorie şi că o puteţi controla. Fără această conştientizare, oare aţi mai încerca să vă depăşiţi suferinţa?! Mulţi nu o fac, ei zăbovesc într-o stare de victimizare, furie, tristeţe şi ură timp de foarte multe încarnări, până ajung să priceapă adevărul.

Este o întrupare binecuvântată, cu adevărat, aceea în care vă deschideţi pentru a primi adevărul, vestea extraordinar de bună că problema, de fapt, nu este realitatea. Ci toate problemele voastre sunt, literalmente, în capul vostru.

"Problemă" este doar un alt concept. Nu există aşa ceva. Dar dacă îţi spui că ai o problemă, atunci vei trăi experienţa de a avea o problemă. Falsa ta realitate interioară devine realitatea exterioară pe care o trăieşti. Dacă îţi spui cu totul altceva, atunci vei trăi în interiorul acelei realităţi

atâta timp cât ţi-o spui. Aşa funcţionează lucrurile. Asta înseamnă să-ţi creezi propria realitate. Îţi creezi o realitate interioară, care devine apoi o experienţă.

Şi, trăind în acea realitate imaginară, atragi spre tine oameni şi experienţe care întăresc acea realitate imaginată. De exemplu, dacă te crezi o victimă, este probabil că vei atrage oameni care te vor abuza. Lumea exterioară se conformează adesea sau, cel puţin, pare să fie în acord cu mentalitatea şi credinţele tale interioare. Astfel, trăieşti în interiorul unei realităţi imaginate şi, adesea, însăşi realitatea întăreşte acea realitate imaginată şi o face reală. Aşa îţi creezi propria realitate.

Este folositor să afli că posezi această putere sau blestem de a-ţi crea propria realitate prin modul în care gândeşti lucrurile. Dar şi mai folositor este să descoperi că poţi înceta cu totul să trăieşti în această realitate imaginară, care pentru cei mai mulţi este un adevărat coşmar, şi să începi să trăieşti în realitate. O poţi face înţelegând adevărul, anume că mintea generează o realitate falsă, iar dacă crezi că aceea este realitatea, atunci vei rămâne blocat în acea realitate – de fapt, cel blocat este sinele fals, care trăieşte acea experienţă produsă de minte.

Este adevărat, ai putea deveni foarte abil în crearea unei realităţi pozitive pentru acest sine fals, ceea ce este lăudabil. Dar, în cele din urmă, ai menirea să descoperi cine eşti cu adevărat şi cum să trăieşti în realitate, fără această realitate imaginară şi acest sine fals. În acest scop, îţi va fi de ajutor să înţelegi falsitatea conceptelor de trecut şi viitor. Când stărui în gânduri despre trecut şi viitor, rămâi legat de realitatea iluzorie a minţii egotice.

Nu este chiar atât de greu să depăşeşti această atracţie, această dependenţă de a te proiecta în trecut şi viitor, odată ce realizezi că nu eşti acel "tu" care are un trecut şi un viitor. Acela este sinele fals. Însă dacă crezi că eşti acel "tu", vei simţi că pierzi ceva dacă renunţi la gândurile despre trecut şi viitor.

Şi totuşi, renunţi la aceste gânduri pentru a trăi ca adevăratul tău Sine, care nu cunoaşte suferinţa cauzată de aceste gânduri. Nu renunţi la nimic altceva decât la suferinţa ta. Tu încă vei exista şi ai existat întotdeauna ca Sinele adevărat. Aceste gânduri despre trecut şi viitor nu au făcut decât să te împiedice să înţelegi cine eşti cu adevărat. Aceasta

este o veste foarte bună. Nu ai nimic de pierdut atunci când îţi pierzi trecutul şi viitorul, ci ai totul de câştigat.

Bineînţeles, nu vă sugerez să nu mai faceţi referire la trecut sau viitor în conversaţii atunci când este necesar. Aceste concepte sunt necesare pentru a trăi în lume. Vă sugerez doar să înţelegeţi adevărul despre condiţia umană şi, mai important, cine sunteţi cu adevărat.

Acum vreau să mai spun ceva despre suferinţa cauzată de senzaţia de timp. Nu doar gândurile despre trecut şi temerile legate de viitor vă fac să suferiţi, ci şi presiunea şi repezeala ego-ului, care se precipită spre viitor şi fuge de prezent.

Vocea din capul vostru vă zoreşte mereu, ceea ce este epuizant şi stresant. Nu este deloc prietenoasă sau încurajatoare, de cele mai multe ori, ci vă îmboldeşte şi vă stresează. Vă dă senzaţia că niciodată nu faceţi lucrurile suficient de repede sau de bine.

Vocea din capul vostru este un tiran, dându-vă sentimentul că nu aveţi niciodată suficient timp. Dar aceasta este o iluzie, o minciună care creează un stres inutil. Viaţa nu este o cursă contra-cronometru. Ego-ul stabileşte nişte obiective şi calendare arbitrare, care, adesea, sunt nerealiste şi nu iau în considerare nevoile elementare de odihnă şi refacere. Cine poate şti cum se va desfăşura viaţa?! Trebuie să învăţaţi să nu vă luaţi prea în serios obiectivele şi planurile. Uneori, viaţa are alte obiective şi planuri pentru voi.

Vreau să ştiţi că tot ceea ce faceţi într-o zi este suficient. Nu-i nimeni acolo, sus, care să vă judece şi să evalueze cât de mult aţi realizat – ci doar vocea din capul vostru şi, poate, vocea din capul altora. Puteţi să vă trăiţi viaţa aşa cum vreţi, preferabil, cum vă cere Inima.

Problema este că lista cu treburi a ego-ului nu se termină niciodată – toate acele lucruri pe care trebuie să le faci înainte de a îndrăzni să te simţi, în sfârşit, bine, conform ego-ului, şi de a-ţi urma şi Inima. Dacă aştepţi ca întâi să bifezi toată lista cu lucruri de făcut şi abia apoi să te opreşti şi să-ţi permiţi să te odihneşti şi doar să exişti şi să faci ceea ce-ţi doreşte Inima, atunci nu te vei odihni niciodată şi nu vei mai apuca să faci ce-ţi doreşti cu adevărat. Vei fi într-o permanentă zbatere şi nu vei ajunge niciodată Acasă, la Prezenţă, unde se află adevărata fericire.

Te afli aici, în această viaţă, pentru a face multe lucruri diverse, nu doar pentru a munci. Eşti aici şi pentru a te bucura de viaţă, pentru a

râde, pentru a te juca, pentru a crea, pentru a explora, pentru a te autocunoaşte şi pentru a realiza lucrurile care îţi plac. Dar vocea din capul tău nu ştie decât de muncă, îndatoriri şi responsabilităţi. Adevăratul tău Sine se va ocupa, cu siguranţă, şi de aceste lucruri, dar viaţa nu se rezumă numai la responsabilităţi. Iar dacă te vei rezuma doar la îndatoriri, nu vei fi foarte fericit.

Cei care îşi ascultă vocea din cap şi îşi lasă ego-ul să le determine modul în care îşi petrec timpul, sunt nişte oameni stresaţi, nefericiţi şi epuizaţi. Nu, vocea din cap nu ştie cum să-ţi trăieşti viaţa. Ascultând de acea voce, s-ar putea să-ţi rezolvi toate treburile, dar nu vei fi foarte fericit, pentru că lista cu sarcini a ego-ului nu conţine foarte multe lucruri care dau sens şi frumuseţe vieţii.

Lista cu lucruri de făcut trebuie să includă odihna, simpla fiinţare şi, de asemenea, creaţia, joaca, învăţarea, autocunoaşterea, dezvoltarea personală şi iubirea. Şi voi adăuga şi meditaţia. Aceste lucruri vă vor face viaţa fericită şi împlinită, dar vocea din cap nu vă va sugera să le faceţi. Însă Inima vă va îndemna. Aşa că, vă rog, încetiniţi ritmul şi ascultaţi-vă Inima!

Fiţi fericiţi şi împăcaţi! Eu sunt cu voi mereu.»

Capitolul 5

Ce este, de fapt, legea atracţiei

«Aş vrea să vorbesc astăzi despre ceva ce am mai vorbit, dar care merită a fi repetat: "A face" nu este tot ce contează şi scopul suprem al vieţii.

Ascultându-ţi ego-ul, vocea din capul tău, şi ego-ul altora, ai putea crede că "a face" este soluţia la orice: dacă ţi-e foame, mănâncă o prăjitură; dacă vrei mai multă pace, du-te la un curs de yoga; dacă vrei să arăţi mai bine, mergi la cumpărături, ţine o dietă, bronzează-te, schimbă-ţi coafura.

Dar ce-ar fi dacă, în schimb, ai îngădui fiecare dorinţă şi ai simţi-o aşa cum este, dar fără să faci nimic din ce te îndeamnă ea?! Dacă ai face asta, ai descoperi că dorinţele dispar ca orice alt gând. Iar marea descoperire este că vei afla cine este Cel ce descoperă acest adevăr: Tu eşti ceva dincolo de dorinţe şi care poate vedea adevărul în privinţa lor. Tu eşti conştientizarea şi simţirea vieţii, care nu vine şi nu pleacă în mijlocul acestui du-te-vino de gânduri, dorinţe, sentimente şi acţiuni.

În lumea ego-ului – lumea dorinţelor – dorinţele sunt îndeplinite prin acţiuni, sau cel puţin acţiunea pare a fi calea de a obţine ceea ce vrei, calea către o presupusă viaţă bună. Şi oare nu obţinerea a ceea ce îţi doreşti este scopul vieţii?! Pentru ego, aşa este. Dorinţele împing comportamentul într-o direcţie care se presupune că ar fi soluţia la acea dorinţă. Dorinţele îi ţin pe oameni foarte ocupaţi să facă, să facă, să facă. Ele consumă timpul şi viaţa.

Dorinţele îţi dau sentimentul că ceva lipseşte, că nu este în regulă şi că ar putea fi sau ar trebui să fie mai bine. Dorinţa este ca o problemă ce trebuie rezolvată. Dorinţele par a fi un lucru bun, pentru că te determină să rezolvi aşa-numita "problemă" ascunsă în spatele dorinţei. Nu se recunoaşte că dorinţa, în sine, este sursa problemei. Problema pare a fi ceea ce lipseşte şi se doreşte, când, de fapt, în Adevăr, este invers: Însăşi dorinţa este problema.

Nu există nicio problemă, dar dorinţa transformă orice într-o problemă. Dorinţele te fac nefericit, nicidecum fericit. Şi totuşi, ţi se pare că dorinţele îţi sunt prietene. Când le împlineşti, devii fericit pentru o

vreme. Şi te fac o persoană superioară, împingându-te să te îmbunătăţeşti, nu-i aşa?!

Asta chiar că-i o întrebare bună. Ele te pot îmbunătăţi după standardele ego-ului, multe dintre ele fiind arbitrare şi determinate cultural. Dar chiar ai nevoie de acea rochie nouă pentru a fi o persoană mai bună sau de acei muşchi abdominali fermi sau de acea maşină nouă?!

Cele mai multe dintre dorinţe, atunci când le împlineşti, îţi pot îmbunătăţi imaginea de sine şi cum te simţi în pielea ta, cel puţin pentru o vreme, dar ce valoare are asta?! După standardele cui?! Despre asta-i vorba în viaţă?! Fericirea care vine din îndeplinirea unor astfel de dorinţe este foarte trecătoare şi există întotdeauna noi dorinţe după care să alergi: o altă rochie, alte kilograme de slăbit, o maşină mai bună, un salariu mai mare. Acestea par a fi nişte obiective care merită tot efortul.

Nu că ar fi ceva în neregulă cu astfel de obiective, dar dacă îţi petreci timpul îndeplinind astfel de dorinţe, nu vei avea timp pentru alte chestiuni mai satisfăcătoare şi mai importante.

Ego-ul nu doreşte lucrurile cele mai "dezirabile", cum s-ar zice, pentru Sinele tău profund. Doreşte ego-ul tău să distribui voluntar alimente pentru săraci?! Doreşte el să meditezi?! Tânjeşte el după o împlinire mai profundă?! Doreşte el să stai degeaba o vreme şi să priveşti apusul de soare sau altceva frumos?! Nu, ego-ul nu doreşte niciunul dintre aceste lucruri.

Ego-ul nu doreşte elevarea spirituală sau profunzimea psihologică. Nu doreşte o conexiune strânsă cu ceilalţi. Nu doreşte să-i slujească pe alţii. Nici măcar nu-şi doreşte pacea sau să iubească. Vrea doar să fie iubit.

Sunt o mulţime de lucruri pe care ego-ul nu le doreşte. Nu ego-ul este cel curios sau cel care să-şi dorească să înţeleagă. Nu ego-ul vrea să evolueze prin experienţe noi. Nu el vrea ca ceilalţi să fie fericiţi. Nu el doreşte pacea şi iubirea în lume. Nu el vrea să fie bun şi amabil cu ceilalţi. Nu, ego-ul nu este deloc ce-i mai bun în voi. Dorinţele sale sunt egocentrice şi superficiale. Dacă vă construiţi viaţa în jurul acestor dorinţe, veţi fi fericiţi doar pe măsura lor, iar acea fericire nu va dura.

Există două feluri de a face: Să faci ceea ce vrea ego-ul şi să faci ceea ce vrea Sinele divin. Îndeplinirea dorinţelor ego-ului va duce la o viaţă

egocentrică şi superficială, în timp ce îndeplinirea dorinţelor Sinelui divin va duce la fericire şi împlinire profundă şi de durată. Iar acţiunile în acord cu Sinele vor include, de asemenea, odihna, simpla fiinţare, meditaţia şi trăirea şi savurarea vieţii aşa cum este ea. Aceste lucruri nu se regăsesc în lista cu treburi a ego-ului şi, totuşi, sunt cele mai importante lucruri de făcut dintre toate. Când eşti ocupat să faci ceea ce vrea ego-ul, problema este că te împiedică să "faci" treburile mai importante: a te odihni, doar-a-fi şi a percepe cine eşti cu adevărat.

Lumea este plină de oameni de acţiune, şi uite unde aţi ajuns! Cei care ating şi vorbesc sufletului oamenilor sunt aceia care se opresc din agitaţie şi doar-sunt, care creează, vorbesc şi acţionează din acea stare de non-făptuire. Aceştia sunt vindecătorii, învăţătorii spirituali, artiştii şi alchimiştii. Ei sunt transformatorii, pentru că lumea voastră nu poate fi transformată într-un mod profund de către oamenii de acţiune.

Da, oamenii de acţiune pot crea obiecte mai bune pentru toată lumea, dar care vor aduce doar o fericire trecătoare celor care nu ştiu cine sunt cu adevărat. Iar goana după lucruri îi îndepărtează adesea pe oameni de astfel de descoperiri mai profunde. Cei care ştiu cine sunt cu adevărat nu au nevoie de prea multe lucruri, în afară de cele de bază, pentru a fi fericiţi şi mulţumiţi. "Căutaţi mai întâi împărăţia cerurilor şi toate celelalte vi se vor adăuga." Descoperă cine eşti cu adevărat şi vei avea tot ceea ce ai nevoie pentru a fi fericit.

Faptul că ştii cine eşti nu numai că face posibil să te mulţumeşti cu puţin, ci îţi şi oferă acces la îndrumarea interioară de care ai nevoie pentru a-ţi crea o viaţă fericită şi abundentă, nu doar plină de obiecte, ci o viaţă generoasă, binecuvântată şi debordând de iubire şi pace. Asta îşi doreşte cu adevărat oricine.

"Căutaţi mai întâi împărăţia cerurilor" şi veţi trăi Raiul pe Pământ. Veţi fi o manifestare a Cerului şi veţi atrage tot ceea ce aveţi nevoie. Iar viaţa voastră nu va mai fi caracterizată de dorinţa anumitor lucruri.

Aceasta este legea atracţiei. Atragi ceea ce ai nevoie către tine, în mod natural, atunci când eşti într-o stare de Graţie, când eşti aliniat cu Sinele tău divin. Atragi ceea ce ai nevoie şi ştii în mod firesc cum să cooperezi cu Viaţa care te trăieşte, pentru a crea viaţa pe care eşti menit să o trăieşti. Iar această viaţă nu se referă la obţinerea unor lucruri şi nici

măcar la experienţe, ci înseamnă să trăieşti ca o întruchipare a Divinităţii în lume.

Ego-ul nu-ţi poate oferi această viaţă; îţi va oferi un alt fel de viaţă, una convenţională, o viaţă aşa cum trăiesc majoritatea oamenilor. Ego-ul nu ştie nimic despre iubire sau despre adevărata fericire. Ştie doar cum să creeze o fericire temporară, urmărind lucruri şi experienţe care oferă puţină emoţie şi plăcere pentru o scurtă vreme.

Asta-i în regulă. Nu-i nimic rău în asta. Dar – nu faceţi confuzie – nu acesta-i rostul vieţii, iar dacă credeţi că este, veţi fi foarte dezamăgiţi – şi majoritatea oamenilor sunt dezamăgiţi.

Nu veţi ajunge destul de sus dacă vă mulţumiţi cu acest tip de fericire. Vă este disponibil un tip de fericire mai profundă, odată ce aflaţi cine sunteţi şi vă simţiţi în legătură cu Tot-ce-există. Atunci, veţi avea acces la bucuria, pacea, iubirea şi recunoştinţa adevăratei voastre naturi. Veţi fi ajuns Acasă.

Sunteţi mult mai vaşti şi mai magnifici decât vă puteţi da seama, iar eu sunt aici pentru a vă spune acest lucru. Nu trebuie să te mulţumeşti să fii acest eu mărunt, care se luptă, care doreşte, căruia îi lipseşte mereu câte ceva, care se zbate mereu. Nu asta eşti tu. Ci doar crezi că eşti asta, când asculţi vocea din capul tău.

Acea voce este mincinoasă. Ea nu ştie cine eşti, nu te poate conduce la cine eşti şi nu îţi va spune niciodată adevărul despre cine eşti. Trebuie să te uiţi la cei care ştiu deja cine sunt ca să descoperi şi tu adevărul despre cine eşti. Trebuie să fii destul de umil sau să fi suferit îndeajuns sau ambele pentru a căuta răspunsurile dincolo de vocea din cap. Iar răspunsurile sunt acolo.

Dar mai întâi, trebuie să vezi foarte clar cine nu eşti. Acest lucru nu este uşor, decât dacă te opreşti deseori să mai faci voia ego-ului. Ego-ul nu se va da la o parte ca tu să descoperi cine eşti cu adevărat, pentru că el nu vrea Adevărul. Nu face parte din dorinţele lui. Trebuie să faci Tu loc în viaţa ta pentru Adevăr şi o vei face atunci când vei fi pregătit. Acest “Tu” este cel care se trezeşte din iluzia ţesută de ego. Dacă nu eşti gata acum, vei fi gata cândva, iar acest mesaj te pregăteşte pentru acel moment.

Prin intermediul acestui mesaj, vi se aduce la cunoştinţă faptul că este posibil şi un alt mod de a fi, o nouă viaţă, una ghidată de Divinitate, nu de ego. Acesta este un apel ferm să vă treziţi din somn, din tiparul

prestabilit, inconştient, la o nouă viaţă dirijată de iubire, bucurie, pace şi compasiune. Acest nou fel de viaţă va aduce o nouă lume pe Pământ pe măsură ce vă treziţi, unul câte unul, la adevărul despre Cine sunteţi cu adevărat.

Timpul este înaintat. Nu mai este vreme de aşteptat. Avem nevoie să vă treziţi, astfel încât să vă puteţi îndeplini misiunea ce vă revine în transformarea lumii. Ea trebuie să fie transformată din interior spre exterior, prin transformarea conştiinţei. Nu există altă cale.

Invenţiile şi inovaţiile de care are nevoie lumea voastră vor veni de la oameni ca voi, care sunt în contact cu adevărata lor Fiinţă şi care sunt relee pentru înţelepciune, pace, inspiraţie şi idei noi. Voi sau cei pe care îi inspiraţi sunteţi aceia care trebuie să o faceţi. Conştiinţa trebuie să fie aprinsă ca o torţă, de la o persoană la alta, iar această aprindere a torţei şi trecerea ştafetei trebuie realizată cât mai curând.

Nu subestimaţi puterea conştiinţei de a transforma lumea. Este singurul lucru care a putut transforma vreodată o lume. Există acum destui oameni care s-au trezit sau care se vor trezi în curând pentru a avea un impact real. Nu este prea târziu. Faceţi tot ce puteţi, vă rog, pentru a vă aduce contribuţia la înălţarea conştiinţei! Eliberaţi-vă de sub dominaţia minţii egotice şi descoperiţi un alt mod de a trăi!

Nu vă fie frică! Nu aveţi de ce să vă temeţi. Veţi avea tot sprijinul de care aveţi nevoie, odată ce vă aliniaţi cu Tot-ce-există şi începeţi să acţionaţi după cum vă cere. Sunteţi cu toţii preţuiţi şi iubiţi. Cunoaşteţi acest lucru şi găsiţi pacea şi puterea din voi pentru a-l trăi din plin.

Vă mulţumesc că aţi fost aici, cu mine. Eu sunt cu voi întotdeauna.»

Capitolul 6

Jocul vieţii şi cum să te bucuri de viaţă

«V-ar fi de folos să priviţi viaţa ca pe un joc. Nu spun că viaţa ar fi lipsită de sens sau ar fi doar pentru plăceri ori frivolităţi. Nu aşa este viaţa ca un joc, ci în multe alte feluri. Să vă explic.

Una dintre cele mai mari asemănări este că, fie că joci un joc, fie că eşti implicat în viaţă, trăieşti doar în prezent şi nu ştii ce se va întâmpla în momentul următor. Când joci un joc, te pierzi în el şi în plăcerea de a nu şti ce se va întâmpla în continuare. Eşti absorbit de joc, nu în gânduri despre trecut sau viitor sau orice altceva fără legătură cu jocul. Tot aşa este şi cu viaţa când eşti implicat în ea şi nu te pierzi în realitatea virtuală a minţii.

Atunci când joci un joc, eşti curios şi interesat de ceea ce se întâmplă în joc. Ce carte vei trage în continuare? Vei reuşi să loveşti următoarea minge? Vei reuşi să bagi mingea în gaură sau la coş? Ce vor face ceilalţi jucători?

Nu ştii, şi tocmai asta-i distractiv într-un joc. Dacă ai şti aceste lucruri, nu te-ai mai deranja să joci. Distracţia constă în a nu şti ce va aduce următorul moment. La fel e şi cu viaţa. Nu ştii cu adevărat ce va urma în viaţă, şi de aici vine distracţia.

Dar pentru mintea egotică, viaţa pare destul de previzibilă şi, prin urmare, obişnuită şi neinteresantă. Acest lucru e cauzat, în parte, de faptul că mintea face o mulţime de presupuneri despre viaţă. Presupune că viaţa va semăna cu ce a fost. Şi multe dintre presupunerile minţii sunt adevărate: soarele răsare în fiecare dimineaţă şi apune în fiecare seară. Zilele pot fi destul de asemănătoare: vă treziţi, vă spălaţi pe dinţi, luaţi micul dejun, vă îmbrăcaţi şi mergeţi la serviciu, într-o ordine şi un mod asemănător.

De multe ori, doar lucrurile mărunte se schimbă de la o zi la alta: mâncaţi un mic dejun diferit, purtaţi haine diferite, vedeţi oameni şi maşini diferite în drum spre serviciu. Dar asta nu-i suficient pentru ca mintea să considere viaţa a fi extraordinară. Ar trebui ca lucrurile să fie mult mai diferite pentru a trezi mintea din plictiseală, motiv pentru care multor oameni le place să călătorească. Călătoriile trezesc adesea o stare

de prospeţime a vieţii, o senzaţie de extraordinar şi un sentiment de încântare.

Deşi viaţa pare să fie interesantă pentru minte prin ceea ce se petrece, acesteia plăcându-i evenimentele dramatice, totuşi, nu neapărat aceste întâmplări fac ca viaţa să fie minunată, distractivă sau interesantă. Oamenii pot ajunge într-un mediu foarte diferit faţă de cel cu care sunt obişnuiţi şi, totuşi, să sufere de plictiseală sau de nefericire. Pentru ca să te simţi bine şi viaţa să fie distractivă şi interesantă, este nevoie de altceva decât simpla schimbare. Trebuie să priveşti cu alţi ochi.

Ego-ul priveşte viaţa şi spune: "O, asta, am văzut asta, ştiu asta" şi apoi nici nu mai priveşte cu adevărat. Priveşte pe lângă sau îşi vede doar ideile sale despre asta. Pe de altă parte, Divinul din tine, priveşte viaţa cu ochi proaspeţi. Nu presupune niciodată că vede ceva ce a mai văzut înainte, pentru că nu se gândeşte la trecut atunci când priveşte. Vede totul pentru prima dată, şi asta este adevărata vedere.

Orice apare în viaţă este ceva inedit, nu ai mai văzut niciodată lucrurile exact aşa cum le vezi acum. Un motiv ar fi acela că starea ta interioară este mereu în schimbare. Deci, chiar dacă peisajul din faţa ta nu se schimbă prea mult, tu îl vei simţi diferit, în funcţie de starea ta de spirit.

Dacă eşti foarte prezent, adâncit în Prezenţă, atunci, indiferent la ce te uiţi, va părea frumos, încântător, fermecător, dulce, iar inima ta va simţi iubire şi recunoştinţă.

Dacă nu eşti prezent, ci identificat cu ego-ul tău, atunci probabil că nimic din ceea ce vezi nu te va face să te simţi astfel, deşi ceva neobişnuit de uluitor ar putea să te scoată din acea stare de somnambulism şi să te aducă în Prezenţă.

Modul în care simţi viaţa e legat de starea ta interioară. Starea ta interioară, nu conţinutul experienţei determină dacă te vei bucura sau nu de ceea ce trăieşti.

Şi ne întoarcem la metafora jocului. Atunci când joci un joc, presupunând că te implici cu totul în el, eşti prezent, ceea ce înseamnă că eşti extrem de atent, pentru că eşti curios de ceea ce se va întâmpla în continuare. Această stare de curiozitate şi de atenţie acută este Prezenţa – sau te va aduce în Prezenţă – care este starea ta naturală, starea în care eşti menit să îţi trăieşti viaţa. Mintea egotică, care pretinde că ştie ce se

va întâmpla în continuare şi, prin urmare, nu este curioasă ce-i în prezent, te îndepărtează de starea ta naturală. Tocmai această lipsă de curiozitate face diferenţa dintre rai şi iad.

Poate fi exagerat să spunem că starea de conştiinţă egotică este infernală. Cu siguranţă, ea poate fi, dar cel mai adesea, este doar o stare de nemulţumire şi plictiseală. Nu este deloc distractiv să crezi că ştii ce se va întâmpla în continuare sau să presupui că această clipă nu oferă nimic nou sau interesant. Dar cât de diferită devine lumea când nu mai presupui asta, ci vezi lumea ca un copil, cu curiozitate şi prospeţime!

Poţi recăpăta curiozitatea şi privirea proaspătă a unui copil dacă descoperi minciuna pe care o lansează mintea, anume că în momentul prezent nu s-ar întâmpla nimic interesant. Acesta este unul dintre beneficiile meditaţiei, care te învaţă să priveşti viaţa din afara perspectivei şi interpretărilor minţii tale.

Mintea egotică, vocea din capul tău, îţi spune ce să gândeşti despre orice. Iar unul dintre lucrurile pe care ţi le spune este "Asta-i plictisitor, am mai văzut asta înainte". În acest fel, vocea din capul tău minimalizează experienţa pe care o trăieşti – sau experienţa pe care ai putea să o trăieşti, dacă ai fi prezent – ceea ce te împiedică să ai parte de întreaga splendoare a experienţei.

Vocea din cap te îndepărtează de viaţă, ceea ce-i elimină savoarea, bucuria şi frumuseţea. Crezând minciuna că momentul prezent nu este interesant, vei rămâne într-o stare de nemulţumire şi vei căuta mulţumirea în altă parte, în special în gândurile şi dorinţele tale. Această credinţă te determină să nu iei în consideraţie clipa prezentă şi să-ţi îndrepţi atenţia către gânduri.

Dacă crezi această minciună, că momentul prezent nu are nimic să-ţi ofere, atunci vei rata adevărul că momentul prezent este plin de frumuseţe, iubire şi pace.

Fiind prezent şi atent la ceea ce se întâmplă aici şi acum te aduce într-o stare de graţie, o stare de mulţumire, bogăţie şi plenitudine, diferită de tot ceea ce ai putea trăi în starea de conştiinţă egotică. A fi prezent este o altă stare de conştiinţă, în care trăieşti totul şi fiecare respiraţie ca pe un dar. Aşa trăieşte cel care este trezit sau iluminat şi aceasta este adevărata experienţă, starea ta naturală. Fiecare clipă este miraculoasă. Spiritualitatea înseamnă să te întorci la starea ta naturală şi

să trăieşti în ea. Înseamnă să te bucuri de viaţă ca de o aventură, ca de jocul care este.

Şi am ajuns la un alt motiv pentru care viaţa este ca un joc şi de ce jocurile şi viaţa sunt distractive. Da, viaţa este distractivă. Din starea ta naturală, din această stare de copil, viaţa este distractivă, pentru că îţi aduce provocări care îţi testează şi îţi întăresc abilităţile. Jocurile fac, şi ele, acelaşi lucru. Jocurile sunt un mod de a-ţi dezvolta şi testa abilităţile. Cu cât joci mai mult un joc, cu atât devii mai bun la el. Asta-i distractiv. Iar acest lucru este valabil şi pentru viaţă. Cu cât trăieşti mai mult, cu atât devii mai bun la jocul vieţii.

Este distractiv să îţi dezvolţi abilităţile, să înveţi lucruri noi, să devii mai înţelept, să controlezi lucrurile, să depăşeşti dificultăţile. Este distractiv să descoperi cum să trăieşti bine. Despre asta-i vorba, de fapt, în jocul vieţii. Eşti menit să descoperi cum să trăieşti bine, cum să-ţi trăieşti viaţa cu curaj, dragoste şi pace în inimă, cum să fii eroul vieţii tale.

Am scris despre acest lucru în cartea mea “O viaţă eroică”. Cheia pentru a putea trăi eroic este să ieşi din versiunea minţii tale despre realitate. Mintea ta îţi spune, într-un fel: “Nu da atenţie vieţii, fii atent la ce îţi spun eu despre viaţă!”. Astfel, mintea te separă de realitate şi îţi oferă în schimb o realitate falsă, imaginată şi nefericită.

În starea de conştiinţă egotică, eşti atent la ceea ce relatează mintea despre momentul prezent şi, de cele mai multe ori, despre o grămadă de alte lucruri. Nu eşti atent la ce există aici şi acum şi, prin urmare, nu trăieşti aici şi acum. Nu trăieşti, pur şi simplu.

Nu trăieşti realitatea, ci doar gândurile tale despre ea şi despre o mulţime de alte lucruri. Este amuzant faptul că fiinţele umane trebuie să înveţe să trăiască, pur şi simplu. Trebuie să înveţe cum este realitatea, fără interpretările minţii asupra ei. În mod prestabilit, crezi ce-ţi spune mintea despre ceea ce vezi, auzi şi simţi şi despre orice altceva. Mintea are o părere despre orice. Ea evaluează şi spune o poveste şi dă o interpretare personală experienţelor. Aceste evaluări şi poveşti nu sunt specifice experienţei. Experienţa este doar ceea ce este. Dar mintea colorează experienţa, această fi-ire, şi o schimbă evaluând-o şi făcând o naraţiune despre ea.

Dacă interpretările minţii ar fi utile, înţelepte, pătrunzătoare şi pozitive, atunci n-ar fi o problemă. Numai că interpretările minţii sunt chiar opuse de cele mai multe ori, adesea fără ca oamenii să îşi dea seama, căci oamenii nu îşi pun suficient de mult la îndoială gândurile pentru a vedea cât de mult rău le provoacă. Sunteţi programaţi să nu vă puneţi la îndoială propriile gânduri.

Evident, ieşirea din această dilemă este să vă puneţi la îndoială gândurile. Analizaţi-le şi întrebaţi-vă: "Oare am nevoie de acest gând? Este el adevărat? Este folositor?". Aşa puteţi scăpa de condiţionările şi programarea voastră. Atunci apare posibilitatea de a vedea viaţa ca nouă, cu o privire proaspătă. Atunci viaţa poate începe să fie distractivă, pentru că mintea nu o mai interpretează ca fiind neplăcută.

Dacă examinaţi vocea din capul vostru, veţi descoperi că mintea voastră egotică doreşte, în esenţă, ca viaţa să fie altfel decât este: idealizată, să-i placă ego-ului şi să-l facă să se simtă bine. În esenţă, asta vrea ego-ul, vrea să se simtă bine conform definiţiei sale, vrea să se simtă bine în pielea sa. Ego-ul vrea ca viaţa să se conformeze dorinţelor, viselor şi imaginaţiilor sale, dar viaţa nu este o fantezie care poate fi manipulată prin gânduri. Viaţa este reală şi este aşa cum este. Iar gândurile nu pot schimba acest lucru, aşa cum nu pot nici măcar muta un creion prin cameră. Viaţa nu poate fi schimbată dorind, imaginând şi visând că ar fi altfel.

Vă aflaţi aici pentru a participa din plin la acest joc al vieţii, în care fiecare moment este nou şi se transformă în altceva, ceva imprevizibil. În viaţă, învăţaţi să cântaţi după ureche şi învăţaţi din fiecare alegere pe care o faceţi. Viaţa vă modelează comportamentul şi voi modelaţi viaţa, şi este foarte interesant şi distractiv de văzut ce va ieşi din asta.

Aşa că, dragii mei, priviţi în interiorul vostru şi descoperiţi acel ceva care, deja şi dintotdeauna, se bucură de viaţă aşa cum este ea. Acela este ceea ce sunteţi cu adevărat. Trăiţi ca acela! Bucuraţi-vă, iubiţi şi fiţi pe pace! Eu sunt cu voi mereu.»

Capitolul 7

Cum să primeşti de la viaţă – despre puterea de a da şi de a primi

«Secretul unei vieţi fericite este dăruirea. Ideea asta pare contraintuitivă, deoarece ego-ul nu vrea să dea nimic, decât dacă este vorba de o tranzacţie. Atunci când ego-ul dăruieşte ceva, el îşi face mereu socoteala ce ar putea primi în schimb. În general, asta determină ce şi când dăruieşte ego-ul.

Sinele divin înţelege mai bine cum stau treburile şi dăruieşte nu doar pentru că dăruirea poate fi un gest corect sau natural, ci pentru că, dăruind, se simte bine.

În multele milenii de când există ego-ul, el nu pare să fi observat că dăruirea te face să te simţi bine, că dăruirea conţine propria sa răsplată.

În fond, ego-ul vrea şi el să se simtă bine. Doar că nu a descoperit acest secret deschis, că dăruirea este cea mai bună modalitate de a te simţi bine. Şi este cea mai uşoară, pentru că dăruirea depinde numai de tine. Poţi oricând să dăruieşti iubire la orice sau oricui se află în apropierea ta, ceea ce te va face întotdeauna fericit.

Ego-ul se încăpăţânează să caute plăcerea numai în locurile greşite. Nu este inteligent, căci altfel ar fi învăţat deja acest mare adevăr despre dăruire. Dar ego-ul este doar o programare, care nu se poate schimba de la sine. Programarea care este ego-ul nu evoluează, oricum, nu în vreun mod semnificativ. Ego-ul nu va deveni în cele din urmă Sinele divin. Nu asta se întâmplă în evoluţia spirituală. Ego-ul nu evoluează în Sinele divin. Mai degrabă, ego-ul şi Sinele divin coexistă şi, în diferite momente ale evoluţiei tale, unul îl va domina pe celălalt.

Până când nu avansezi destul din punct de vedere spiritual, ego-ul va predomina. La începuturile evoluţiei, nu prea conştientizezi că te poţi comporta altfel decât cum o face ego-ul. Pe măsură ce evoluezi de-a lungul mai multor vieţi, încep să ţi se deschidă mai multe opţiuni pe lângă programarea egotică sau de altă natură. Îţi dezvolţi judecata obiectivă a propriului comportament şi, odată cu ea, vine şi o anumită libertate de alegere.

Asemenea unui muşchi care devine mai puternic cu ajutorul exerciţiilor fizice, cu cât alegi mai des în mod conştient acele comportamente ce nu sunt programate egotic, cu atât mai uşor devine să le alegi şi altă dată.

Trebuie să înveţi să fii non-egotic. Trebuie să înveţi să dăruieşti şi să iubeşti, căci ego-ul, care este setarea ta implicită, în mod firesc, nu dăruieşte şi nu iubeşte.

Trebuie să înveţi să acţionezi ca Sinele divin care, în mod natural, eşti deja. În cele din urmă, după multe vieţi de practică, vei alege predominant conform iubirii şi percepţiei divine, iar ego-ul nu va mai avea atâta influenţă. Într-acolo vă îndreptaţi, iar unii dintre voi au ajuns deja acolo. Asta este iluminarea şi spre ea vă conduce procesul de trezire.

Sunteţi binecuvântaţi să aveţi această capacitate de a alege. Ea face diferenţa între a suferi şi a nu suferi. Fără conştiinţa, obiectivitatea şi iubirea care aparţin Sinelui divin, aţi rămâne pe vecie un ego. Dar nu acesta este destinul vostru. Destinul vostru este să vă treziţi din programarea egotică şi să deveniţi complet ceea ce puteţi fi, un om cristic, cineva în care este vie conştiinţa lui Cristos.

Ce este un om cristic? El poate fi definit pe baza comportamentului, deoarece nu ar putea fi cristic şi asta să nu se observe în comportamentul său. Omul cristic se comportă cu bunătate, compasiune şi cu îngăduinţă, recunoştinţă şi iubire pentru toţi şi pentru viaţă. Omul cristic este ca un spaţiu deschis care acceptă viaţa cu candoare şi reacţionează natural şi spontan, nu cu percepţia alterată a ego-ului. Uneori omul cristic dăruieşte vieţii, alteori omul cristic primeşte de la viaţă, în funcţie de nevoile de moment.

Să vă explic mai bine. Atunci când eşti deschis în faţa vieţii, fără prejudecăţi şi idei despre cum ar trebui să fie sau să nu fie, atunci eşti deschis la ceea ce viaţa îţi aduce prin alţii şi în diverse alte moduri, şi eşti gata să-i oferi vieţii ceea ce îţi cere.

Da, viaţa îţi dă şi îţi cere unele lucruri. Le face pe amândouă. Când eşti trezit sau iluminat, adică un om cristic, eşti conştient de ceea ce îţi dăruieşte şi de ceea ce îţi cere viaţa. Asta devine foarte clar. Numai ego-ul este confuz, dar viaţa este destul de limpede în această privinţă, dacă eşti atent.

Viaţa vă dăruieşte zilnic în multe feluri. Vă dă viaţă prin corpul vostru. Vă pune în relaţie cu cei care vă sunt ajutoare şi învăţători. Vă sprijină prin ocaziile de a munci şi de a dărui altora. Şi vă oferă aerul, apa şi alte mijloace de subzistenţă de care corpul vostru are nevoie. Viaţa vă dăruieşte mereu viaţă.

Toate acestea alcătuiesc ceea ce voi numiţi "viaţa personală", dar viaţa nu este chiar a voastră. Nu este meritul vostru. Însăşi Viaţa este cea care vi le oferă şi face posibil ca voi să existaţi şi să aveţi o aşa-zisă "viaţă" proprie.

Însă ego-ul îşi asumă meritele pentru toate, deşi nu are nimic de-a face cu aceste daruri sau cu desfăşurarea naturală a vieţii. La schimb, viaţa vă cere şi ea ceva. Vă cere să respiraţi aerul, să beţi apa, să vă hrăniţi şi să profitaţi de conexiunile şi oportunităţile pe care vi le oferă. La ce bun ca viaţa să vă ofere aceste lucruri, iar voi să nu le primiţi?!

O mare parte din ce vă pretinde viaţa este, pur şi simplu, să primiţi ceea ce vă dă. Pare simplu, dar ego-ul complică acest schimb natural cu viaţa. Adeseori, ego-ul fie trece cu vederea ceva ce i se oferă, fie îl respinge din cine ştie ce motive. Iar asta tulbură curgerea vieţii. Şi atunci viaţa trebuie să se adapteze.

De exemplu, dacă nu primiţi aerul pe care viaţa vi l-a oferit, din cauza unei afecţiuni a organismului sau dacă cineva a poluat aerul – ceea ce se întâmplă când omul nu este conectat la fluxul vieţii – atunci viaţa se adaptează la situaţie, atrăgându-vă atenţia prin durere, poate, sau printr-o problemă de sănătate care trebuie rezolvată. Dar chiar şi atunci, viaţa vă oferă ceva, vă spune ceva ce trebuie să ştiţi.

Sau dacă cineva v-a oferit o oportunitate şi nu profitaţi de ea, atunci viaţa v-o poate readuce sub o altă formă sau poate bloca direcţia în care vă îndreptaţi, dar care nu este compatibilă cu respectiva oportunitate. Viaţa ştie care este cea mai bună orientare pentru voi şi vă aduce ceea ce aveţi nevoie în acea direcţie. Dar trebuie să fiţi dispuşi să primiţi ceea ce vă pune în faţă. Trebuie să profitaţi de ocaziile propuse de viaţă şi să mergeţi în direcţia în care ea vă îndreaptă.

Da, viaţa vă îndreaptă într-o anumită direcţie, de obicei, oferindu-vă câte ceva. Vă oferă indicatoare de direcţie, oportunităţi şi beneficii care vă atrag să mergeţi către acea direcţie, precum şi oameni care vă ajută să

mergeţi într-acolo şi să vă fie bine. Dar trebuie să fiţi dispuşi să spuneţi "da" la ceea ce vă oferă viaţa, să primiţi ceea ce vă oferă Viaţa.

V-aţi putea întreba "cine s-ar putea opune unor astfel de beneficii şi de ce?" şi este o întrebare bună. Nu are sens să nu te duci acolo unde îţi este bine. Dar ego-ul nu vede lucrurile limpede. El înţelege aiurea şi interpretează greşit viaţa, din cauză că are propriile sale idei. Aceste idei vă împiedică să primiţi ceea ce vă oferă viaţa, pentru că s-ar putea să nu prea semene cu concepţiile ego-ului – cel care presupuneţi că aţi fi. Ego-ul are o perspectivă îngustă, crede că viaţa ar trebui să arate într-un anumit fel şi nu este deloc flexibil în această privinţă. Ego-ul vrea să fii mereu în vârf, să ai putere şi control, să câştigi mereu şi să ai tot ceea ce îţi doreşti şi oameni care te iubesc şi te venerează. Nu-i aşa că este egocentric, dacă nu chiar narcisist?! Ego-ul este narcisist, iar narcisiştii nu sunt niciodată fericiţi. Ei nu au niciodată parte de suficientă atenţie, adoraţie, putere, control, bani, faimă sau oricare dintre lucrurile dorite de ego, pentru că ceea ce vrea ego-ul este o cerere nerealistă de la viaţă. Viaţa nu îi oferă ego-ului tot ceea ce îşi doreşte, dar nu pentru că ar fi rea sau crudă, ci pentru că ego-ul greşeşte dorindu-şi astfel de lucruri. În acest sens, viaţa este bună. Asemenea unui părinte care nu îi dă copilului toate bomboanele pe care le vrea, nici ea nu îi dă ego-ului tot ceea ce îşi doreşte. Şi tot asemenea unui părinte bun, care îi dă copilului ceea ce are nevoie, la fel face şi viaţa. Îţi dă ceea ce ai nevoie şi ceea ce este bun; este o binecuvântare, un dar.

Totuşi, dacă eşti fixat pe o dorinţă a ego-ului în locul a ceea ce îţi aduce viaţa, atunci nu vei fi niciodată mulţumit şi împăcat şi, mai rău, probabil că nu vei fi capabil să primeşti şi să profiţi de ceea ce îţi aduce ea. De aceea, oamenii trec adesea cu vederea bunătatea şi binefacerile vieţii. Ei aşteaptă şi doresc ceea ce vrea ego-ul în ciuda a ceea ce se iveşte concret în viaţă. Au alte idei faţă de ceea ce le pune în faţă viaţa şi atunci nu apreciază şi nici măcar nu observă ceea ce le aduce ea. Asta este condiţia umană.

Sunteţi ca o cană. Când sunteţi plini cu ideile voastre, ideile ego-ului, nu mai rămâne loc pentru ca viaţa să vă umple în felul ei. Nu mai există spaţiu şi pentru alte posibilităţi. Nu sunteţi deschişi, ci închişi. Sunteţi deja umpluţi până la refuz, ca să zicem aşa, iar Cristos nu are cum intra în inima voastră.

Dar ce legătură are asta cu Cristos?! Vă spun eu. Ego-ul vă captivează cu ideile, visele şi dorinţele sale, iar atunci nu mai rămâne loc pentru alte posibilităţi, unele pe care poate că nu le-aţi luat în considerare sau pe care nici nu le-aţi crezut posibile. Obiectivele voastre sunt deja stabilite, perspectiva voastră este stabilită, dar acestea sunt obiectivele şi perspectiva ego-ului. Sunteţi convinşi de ceea ce credeţi şi nu puneţi la îndoială aceste convingeri sau nu priviţi viaţa decât prin prisma lor.

Problema este că perspectiva ego-ului asupra vieţii este antiteza modului în care trăieşte omul cristic. Spre deosebire de ego, omul cristic nu pretinde să ştie ce se va întâmpla în viaţă sau ce ar fi mai bine pentru el. El sau ea nu trăieşte în funcţie de dorinţele obişnuite. Omul cristic crede în viaţă, în bunătatea vieţii şi are încredere în ce-i aduce această bunătate. Nu credinţele, imaginaţiile, visele şi dorinţele sunt cele care îi modelează viaţa. Omul cristic îi permite vieţii să-i modeleze viaţa. Credinţele, închipuirile, visele şi dorinţele, mult prea des, stau în calea trăirii reale a vieţii, a trăirii ei cu prospeţime şi a deschiderii faţă de tot ceea ce aduce ea.

Omul cristic nu pune mare preţ pe credinţele sale şi alte gânduri, fiind conştient că nu sunt deloc ale lui şi, prin urmare, nu au importanţă. Mulţi dintre voi sunteţi încă prinşi în capcana condiţiei umane, prinşi în percepţiile egotice asupra vieţii. Dacă doriţi cu adevărat să vă eliberaţi de aceste percepţii, atunci renunţaţi la ele, renunţaţi la credinţele, imaginaţiile, visele şi dorinţele voastre – majoritatea aparţinând ego-ului – şi doar observaţi ceea ce vă aduce viaţa. Atunci veţi începe să trăiţi din nou. Veţi vedea că viaţa vă aduce exact ceea ce aveţi nevoie.

Singurul motiv pentru care nu vi se pare aşa este că nu percepeţi că ceea ce vă aduce viaţa este tocmai lucrul de care aveţi nevoie. Dar ce-ar fi să priviţi altfel?! Ce-ar fi să priviţi lucrurile precum omul cristic?! Viaţa vă aduce întotdeauna ceea ce aveţi nevoie, dar nu ceea ce vrea ego-ul vostru, ci ceea ce aveţi nevoie, ceea ce vrea sufletul vostru. Ceea ce vă aduce viaţa este cadoul ei. Sunteţi liberi să-l acceptaţi sau să-l respingeţi. În funcţie de ceea ce veţi decide ce faceţi cu acest cadou, viaţa voastră va fi fericită sau nu.

Dacă rămâneţi fideli agendei ego-ului, veţi fi fericiţi perioade scurte de timp, iar acea fericire va fi urmată de tristeţe, la fel de previzibil

precum noaptea urmează zilei. Veţi fi aruncaţi de ego în sus şi-n jos, după cum îşi îndeplineşte el dorinţele sau nu.

Sau puteţi să o luaţi pe calea fiinţei cristice, observând ce lucruri vă oferă viaţa şi apoi primindu-le, spunându-le “da”. Pe această cale te laşi purtat de curent şi spui “da” şi eşti fericit şi împăcat cu orice îţi aduce viaţa.

Dacă vei face asta, cana ta va fi plină de altceva decât idei, credinţe, vise şi dorinţe. Va fi plină de iubire, bucurie, pace şi mulţumire, care se vor revărsa şi asupra celorlalţi.

Lucrul cel mai plin de satisfacţie pe care îl poţi face este să-ţi dăruieşti celorlalţi iubirea, bucuria, compasiunea, forţa şi pacea. Asta face omul cristic. El sau ea este un om a cărui mulţumire, seninătate, iubire şi bucurie se revarsă şi îi atinge pe ceilalţi şi, în mod magic, îi pune în armonie cu aceste daruri.

Atunci când dăruieşti în acest fel, când cana ta se revarsă cu generozitate, îţi împlineşti destinul divin şi îi ajuţi şi pe alţii să şi-l împlinească pe al lor.

Totul începe cu a primi ce îţi oferă Viaţa, ceea ce presupune să fii deschis şi gol. Goleşte-te de convingeri, imaginaţii, vise şi dorinţe şi descoperă cum este să fii un om cristic şi să ai o viaţă miraculoasă.

Viaţa devine miraculoasă atunci când spui “da” vieţii care se desfăşoară în faţa ochilor tăi. Observă ce îţi aduce viaţa şi vei şti cum să te mişti, iar această mişcare va fi o bucurie pentru toţi.

Vă mulţumesc că aţi fost aici, cu mine. Eu sunt cu voi mereu.»

Capitolul 8

Să spui „da” vieţii înseamnă, uneori, să spui „nu”

«Sufletul tău are anumite scopuri de atins şi lecţii de primit şi are un anumit destin care se derulează prin intermediul acestui personaj care crezi că eşti “tu”. Există multe moduri prin care pot fi realizate aceste scopuri, lecţii şi destin. În orice moment, există adesea mai multe posibilităţi de a face sau a nu face ceea ce ar fi bine pentru sufletul tău.

Este important să înţelegi că nu există doar o singură cale care ţi se potriveşte. Există mai multe căi din care poţi alege şi care te pot conduce acolo unde sufletul tău vrea să ajungi.

Cu toate acestea, unele căi, cele spre care te dirijează vocea din capul tău, s-ar putea să nu îndeplinească obiectivele, lecţiile şi destinul sufletului tău, deşi ea nu este întotdeauna în dezacord cu sufletul. De obicei, sufletul se poate folosi de ceea ce alegi sub influenţa vocii din cap, dar uneori aceasta te sfătuieşte contrar scopurilor, lecţiilor şi destinului sufletului tău, caz în care sufletul ar putea fi nevoit să intervină pentru a te orienta pe o cale mai potrivită şi mai plină de satisfacţii. În fiecare zi, ţi se prezintă multe oportunităţi şi idei, iar tu trebuie să alegi pe care le vei urma. Unele îţi vin de la vocea din capul tău sau de la vocea din capul altor persoane, în timp ce alte idei şi oportunităţi provin din informaţiile pe care le găseşti în cărţi, pe internet sau de la alţii. Toată lumea este bombardată cu nenumărate idei şi oportunităţi şi, prin urmare, există multe căi posibile dintre care să alegi. Totuşi, cele care sunt în concordanţă cu obiectivele, lecţiile şi destinul sufletului tău vor ieşi în evidenţă faţă de celelalte prin felul în care le simţi. Acele idei sau oportunităţi aprind un beculeţ în mintea ta, ca să zicem aşa. Ceva îţi stârneşte entuziasmul şi îţi trezeşte interesul, iar tu simţi acest lucru destul de concret.

Nu este atât de dificil să conştientizezi când se petrece acest lucru, pentru că senzaţia este destul de frapantă. Totuşi, senzaţia poate dispărea atât de repede din conştiinţa ta, încât o uiţi şi nu mai acţionezi în consecinţă. Deşi apropo-urile vieţii sunt destul de evidente, ele pot fi uşor trecute cu vederea şi înlocuite cu alte considerente. Tocmai aici intervine mintea egotică, vocea din capul tău. Aceasta, precum şi minţile egotice

ale altora, este singura ce poate trece cu vederea şi anula micile imbolduri şi revelaţii venite de la suflet.

Fără vocea din capul tău şi fără opiniile egotice ale altor oameni, nimic nu te-ar împiedica să-ţi urmezi Inima. Ai acţiona întotdeauna în conformitate cu Inima, cu aceste imbolduri subtile intuitive, căci aşa comunică sufletul cu tine.

Există două forţe care acţionează în viaţa ta: dorinţele şi planurile ego-ului sau cele ale Inimii ori sufletului. Uneori, ele nu sunt în contradicţie, dar, de cele mai multe ori, sunt. Cât de uşoară ar fi viaţa dacă n-ar fi aşa, dar aşa stau lucrurile pe planeta Pământ! Viaţa este o provocare şi numai vocea ego-ului din capul tău o face să fie astfel. Aşa este făcut proiectul şi trebuie să te descurci cât de bine poţi.

Te va ajuta simpla cunoaştere a faptului că vocea din capul tău este a ego-ului, care nu poate fi de încredere. Uneori, această voce este neutră sau pozitivă şi, prin urmare, nepericuloasă, ceea ce te face să capeţi încredere în ea mai mult decât ar trebui. Dar, de cele mai multe ori, vocea din cap te împinge spre obiective superficiale, pe care le poţi depista cu uşurinţă ca fiind egotice: mai mulţi bani, mai multă putere, un statut social mai înalt, mai multă siguranţă, să ai dreptate, să fii superior, să fii cel mai bun. Ştii bine despre ce vorbesc. Ego-ul vrea aceste lucruri, pentru că se teme de viaţă. Ego-ul se teme să trăiască în lume fără să aibă sau să fie aceste lucruri. Crede că ele ar fi secretul unei vieţi fericite, însă adevărul este că tocmai ego-ul face viaţa mai grea decât ar trebui. Atât este de limitată cunoaşterea şi înţelegerea sa a vieţii.

Poate că ego-ul ştie cum să obţină bani şi putere şi alte lucruri pe care le doreşte, dar nu ştie nimic despre adevărata fericire. Aşa că, ascultând exclusiv de ego, nu vei obţine decât ceea ce vrea ego-ul – dacă vei reuşi chiar şi asta.

Unii oameni se mulţumesc să obţină ceea ce vrea ego-ul. Sufletele lor încă învaţă cât de limitate sunt aceste dorinţe, dar este o etapă necesară înainte ca un suflet să fie gata să ceară de la viaţă mai mult decât atât, înainte de a fi pregătit să afle adevăratul secret al vieţii. Trebuie să treacă multe, multe vieţi înainte ca un suflet să fie pregătit a afla adevărul despre viaţă. Mai întâi, trebuie să se sature de viaţa dirijată de ego şi să fi împlinit destule dorinţe ale ego-ului, pentru a înţelege că asta nu-i suficient pentru a fi fericit. Voi sunteţi deja pe o cale spirituală, deci nu

mai sunteţi conduşi în primul rând de ego. Sufletul vostru este pregătit pentru o experienţă de viaţă mai împlinită şi mai profundă şi mă bucur pentru voi, pentru că acum este posibil să aveţi o viaţă cu adevărat fericită, una plină de recompense autentice şi iubire adevărată.

Care sunt recompensele autentice? Bucuria de a te îndrăgosti de viaţă, bucuria de a avea nişte oameni care te iubesc şi te respectă, bucuria de a-i iubi necondiţionat pe ceilalţi, bucuria de a simţi recunoştinţă pentru viaţă şi pentru tot ceea ce îţi aduce ea, chiar şi pentru dificultăţi. Acesta este adevăratul succes şi de aici vine adevărata fericire. Este un lucru minunat să te simţi, în sfârşit, împăcat cu viaţa, să o iubeşti şi să îi iubeşti pe cei care îţi ies în cale, să nu mai fii nemulţumit şi să nu mai ai mereu nevoie de altceva în plus pentru a fi fericit. Este un lucru minunat să te poţi bucura de cele mai mărunte plăceri: soarele care-ţi mângâie faţa, o pasăre colibri care-ţi bâzâie pe la ureche, frumuseţea culorilor unei flori, bucuria de a putea merge, cânta şi dansa şi de a influenţa viaţa în diverse moduri, bucuria de a fi viu.

Pentru a ajunge la această stare de bucurie şi împăcare cu viaţa, va trebui să înveţi să spui “da” la ceea ce îţi aduce viaţa. Dar va trebui, de asemenea, să înveţi să spui “nu” lucrurilor care nu sunt aliniate cu scopurile, lecţiile şi destinul sufletului tău. Uneori, a spune “da” vieţii înseamnă a spune “nu” fie cuiva, fie unei posibilităţi. Dacă eşti în armonie cu viaţa, va fi evident care oportunităţi sunt potrivite pentru tine, pentru sufletul tău, şi care nu sunt.

Însă dacă te identifici cu vocea din cap, nu va fi uşor să stabileşti acest lucru. Vocea din cap se pricepe foarte bine să te convingă să priveşti viaţa în felul ei şi să te convingă să nu-ţi urmezi Inima. Prin “urmarea Inimii” înţeleg să urmezi îndrumările intuitive, nu emoţiile.

Cel mai bun mod de a te antrena să-ţi urmezi Inima este să meditezi zilnic. Cu cât meditezi mai mult, cu atât mai uşor îţi va fi să deosebeşti ceea ce vrea Inima de ceea ce vrea ego-ul. Nu este chiar atât de dificil să faci diferenţa, dar va fi dificil să rămâi fidel Inimii, dacă eşti încă foarte identificat cu mintea egotică, deoarece aceasta din urmă va folosi frica pentru a te face să crezi că ea are dreptate şi că intuiţiile tale nu sunt de încredere, pe când exact opusul este adevărat.

Fără o practică zilnică a meditaţiei, va fi dificil să-ţi învingi tendinţa automată de a te încrede în vocea din cap. Meditaţia îţi modifică tendinţa

implicită, te învaţă să vezi viaţa prin ochii Sinelui divin, în loc de ochii sinelui egotic. Diferenţa dintre aceste două moduri de a vedea şi de a fi este, în esenţă, aceasta: mintea egotică spune "nu" vieţii, în timp ce Sinele divin spune "da" vieţii, "da" la ceea ce există. Iar asta înseamnă că, atunci când eşti identificat cu mintea egotică, te simţi nemulţumit, nefericit sau supărat pe viaţă, considerând că ea nu decurge aşa cum vrei tu. Chiar şi atunci când îţi merge destul de bine, ego-ul nu este mulţumit, pentru că spune "Nu, nu asta, vreau aia în loc de asta" sau "Vreau mai mult din asta". El respinge ceea ce există deja pentru altceva mai mult sau mai bun sau diferit. Problema este că mai mult sau mai bun sau altceva diferit nu face parte din realitate şi astfel suferi din cauza a ceea ce nu ai, în loc să te bucuri de ceea ce ai.

Pe de altă parte, Sinele divin este mulţumit de viaţă, iubeşte existenţa şi salută ceea ce-i aduce viaţa, chiar dacă nu-i ceva plăcut din punctul de vedere al minţii egotice. Sinele divin este mulţumit de viaţă şi capabil să o iubească, pentru că o acceptă. Asta nu înseamnă că Sinele divin stă pasiv în faţa vieţii, de exemplu, el nu acceptă abuzul, ci acceptă doar faptul că se întâmplă un abuz, dacă cumva se întâmplă, şi apoi se îndepărtează de el. Sinele divin te îndeamnă să faci ceea ce trebuie să faci pentru a-ţi gestiona bine viaţa, dar acceptă că, în acel moment, viaţa este aşa cum este.

Pentru a fi în armonie cu Sinele tău divin, nu trebuie să-ţi placă ceea ce se întâmplă. Trebuie să accepţi doar că lucrurile sunt aşa cum sunt. Spre deosebire de ego, Sinele divin nu face nicio evaluare a ceea ce există deja, motiv pentru care nu suferă. El doar face ceea ce trebuie făcut, fără păreri de genul "Îmi place" sau "Nu-mi place". Aceste două propoziţii conduc la suferinţă.

Odată ce te fixezi pe poziţia că îţi place sau că nu-ţi place ceva, vei suferi, dacă nu imediat, atunci mai târziu, când ceea ce îţi place va dispărea şi va fi înlocuit cu ceva ce nu-ţi place.

A spune "da" vieţii nu înseamnă să spui "da" la orice îţi iese în cale. Ci înseamnă să accepţi că ţi-a ieşit în cale şi apoi să decizi ce vei face în legătură cu treaba asta. De exemplu, dacă cineva îţi cere să faci ceva, iar treaba asta nu-ţi miroase a bine, atunci vei accepta că acea solicitare a ieşit din fluxul vieţii, dar accepţi şi faptul că tot din flux vine şi acel "nu" din partea ta, fără să te simţi vinovat sau derutat.

Ego-ul simte adesea o dificultate de a spune “nu” solicitărilor oamenilor, pentru că vrea sprijinul lor sau crede că ar trebui să spună “da”. Dar, uneori, răspunsul corect este “nu”, pentru că te lasă să-ţi investeşti timpul şi energia în altceva mai adecvat şi mai satisfăcător.

A spune “da” vieţii înseamnă a spune “da” ocaziilor de a sluji şi de a dărui în moduri plăcute, importante şi mulţumitoare pentru suflet şi va trebui să spui “nu” lucrurilor care nu sunt aşa, căci altfel nu vei avea energie sau timp pentru cele care sunt astfel. Oamenii spirituali au confundat adesea bunătatea cu a te face preş în faţa altora. Poţi fi bun şi, în acelaşi timp, să spui “nu”. Poţi spune “nu” cu bunătate şi poţi fi bun cu tine însuţi, spunând “da” doar acelor lucruri care ţi se potrivesc, adică cele care îţi aduc bucurie.

Nu spun că ar trebui să mergi la dentist sau să te ocupi de diverse obligaţii doar atunci când simţi plăcerea să le faci. Nimănui nu-i place să meargă la dentist sau să se ocupe de anumite obligaţii. A spune “da” acestor treburi înseamnă, pur şi simplu, să le faci atunci când trebuie făcute, fără prea multe argumente, lamentări sau sentimentul de victimizare, care fac viaţa mult mai dificilă şi mai neplăcută decât ar fi cazul.

Sinele tău divin face, pur şi simplu, treburile care trebuie făcute, fără comentariile negative ale minţii. Iar când acţionezi astfel, descoperi că simţi bucurie chiar şi în aceste lucruri. Sinele divin iubeşte totul. Poate că ideea de a iubi totul este prea greu de acceptat pentru ego. Nu poate înţelege cum ar putea Sinele divin să iubească totul. Să zicem atunci că Sinele divin acceptă orice este şi că această acceptare este o îmbrăţişare iubitoare a vieţii, o dorinţă de a avea orice experienţă pe care viaţa o consideră necesară.

Este întotdeauna posibil să găseşti în interiorul tău acel spaţiu care acceptă orice se întâmplă aici şi acum. Nu este necesar să accepţi orice de-a lungul timpului, sau tot ceea ce s-ar putea întâmpla sau s-a întâmplat vreodată. Ţi se cere să accepţi numai că acest moment arată acum exact aşa cum arată. La ce bun să nu accepţi asta?! Ar fi o prostie să nu accepţi ceea ce este, căci asta nu ar face decât să te facă nefericit.

Aşa că, dragii mei, acceptaţi ceea ce este şi, apoi, din această stare de acceptare, decideţi ce veţi face mai departe cu ceea ce este. Voi sunteţi co-

creatori ai fiecărui moment prin alegerile voastre. Deci alegeţi cu înţelepciune şi nu lăsaţi vocea din capul vostru să aleagă în locul vostru.

Vă mulţumesc că aţi fost aici, cu mine. Eu sunt cu voi mereu.»

Capitolul 9

Familia omenirii

«Fără natură, nu aţi putea exista şi nici nu aţi fi apărut vreodată. Voi aveţi nevoie de natură, dar natura nu are nevoie de voi. Ea poate trăi foarte bine fără voi, dar reciproca nu este adevărată. Şi totuşi, natura a evoluat pentru a susţine umanoizi ca voi, care sunteţi diferiţi de animale prin faptul că aveţi un alt fel de conştiinţă-de-sine, aveţi capacitatea de a raţiona şi de a decide nu doar pe baza condiţionărilor şi instinctelor voastre. Şi puteţi fi conştienţi de natura voastră Divină într-un mod în care animalele şi plantele nu pot. Ele au un alt tip de conştientizare a acestui aspect.

Ceea ce vă deosebeşte cel mai mult de animale este faptul că aveţi capacitatea de a alege în mod liber şi de a nu fi tributari condiţionărilor şi instinctelor. Vă puteţi depăşi instinctele şi puteţi alege în funcţie de alte criterii decât propria supravieţuire şi supravieţuirea celor apropiaţi vouă, incluzând şi binele altor semeni care nu au vreo legătură cu voi înşivă sau, dimpotrivă, puteţi face alegeri distructive pentru ceilalţi şi chiar pentru voi înşivă.

Instinctele menţin animalele între anumite limite de comportament, pe când voi nu aveţi aceleaşi constrângeri. Această libertate poate avea rezultate pozitive sau distructive, în funcţie de modul în care este folosită. De aceea, în regnul animal există o anumită stabilitate şi predictibilitate care nu există în societatea umană. Schimbările care se produc în regnul animal vizează adaptarea şi sunt favorabile vieţii, ceea ce nu se poate spune despre societatea umană.

Societatea însăşi are menirea să "îmblânzească bestia" din sânul umanităţii, ca să zicem aşa, şi să menţină oamenii pe o cale pozitivă, care sprijină binele tuturor. Însă unii oameni nu vor să ţină cont de binele general şi acţionează numai pe baza propriului interes, în ciuda consecinţelor negative pentru indivizi şi societate.

Cel ce face astfel de alegeri dăunătoare este ego-ul, care este bestia din fiecare fiinţă umană. Faptul că voi şi societatea aţi recunoscut nevoia de a îmblânzi această bestie este dovada că există bunătate în fiecare,

care aspiră la binele Întregului şi care poate lua decizii care să sprijine Întregul, inclusiv natura, chiar şi în detrimentul interesului personal.

Numai ego-ul poate fi atât de orb, încât să-şi pună propriile obiective şi dorinţe mai presus de binele Întregului. Căci la ce bun să te salvezi pe tine, dar să pierzi lumea, să distrugi mama-natură?! Cu asta vă confruntaţi în lumea de azi şi cu asta s-a confruntat mereu omenirea, doar că capacitatea voastră de a vă face rău unii altora şi de a distruge natura este mult mai mare decât oricând. Dacă nu puneţi binele general, inclusiv binele naturii, mai presus de binele vostru, ecosistemul care susţine omenirea se va dezechilibra şi mai mult şi toată lumea va avea de suferit.

Nu vă amăgiţi singuri! Nicio avere nu va fi suficientă pentru a vă proteja de o lume în care natura şi-a pierdut echilibrul. Mi-e teamă că nimeni nu va avea parte de o viaţă bună.

Asta nu înseamnă că nu se poate face câte ceva pentru a îndrepta această situaţie, dar atâta timp cât la putere se află indivizi dirijaţi de egoism, s-ar putea ca asta să nu se întâmple suficient de repede.

Aţi ajuns într-un punct de criză şi trebuie să vă treziţi din amorţeală şi să luaţi măsuri radicale pentru a reveni la un curs în care toate formele de viaţa sunt respectate şi susţinute. Căci, cu adevărat, nimeni şi nimic nu se află pe acest Pământ din întâmplare. Totul şi toate există aici în virtutea unui proiect şi are un scop. Este posibil ca tocmai acel imigrant sau acea specie pe cale de dispariţie sau acel copac să aducă o contribuţie esenţială. De-a lungul timpului, indivizi modeşti şi plante şi animale puţin cunoscute sau subestimate au stat la baza unor invenţii şi medicamente care au schimbat viaţa tuturor.

Nu este treaba voastră să judecaţi ce are valoare şi ce nu are, ce ar trebui să existe aici şi ce nu. Toate formele de viaţă trebuie respectate, aceasta fiind una dintre cele mai importante lecţii ale omenirii în aceste vremuri. Este dificil să vorbesc despre acest lucru şi să nu par alarmist, şi chiar nu doresc să vă sperii, dar vreau să trag un semnal de alarmă, pentru că oamenii ca voi, care sunt în contact cu bunătatea lor inerentă, sunt cei care vor şi pot avea un impact. Trebuie să îi scoateţi din poziţiile de putere pe cei care sunt conduşi numai de interesul propriu şi să îi aduceţi în funcţiile de decizie pe cei dedicaţi slujirii celorlalţi şi a societăţii.

Cum arată o societate sănătoasă şi prosperă? Seamănă foarte mult cu o familie sănătoasă şi prosperă. Într-o astfel de familie, membrii se sprijină reciproc şi se iubesc şi se respectă cât pot de mult. Spun “cât pot de mult”, pentru că nimeni nu o face în mod perfect, dar totul începe cu valorizarea iubirii şi a respectului şi cu efortul de a iubi şi respecta pe toată lumea şi de a face tot posibilul pentru a ajuta fiecare persoană să devină cât de bună poate ea fi. Oare nu aşa se întâmplă într-o familie sănătoasă?!

O familie sănătoasă oferă membrilor săi ocazii de a se dezvolta şi a se extinde în moduri benefice, iar activităţile care nu sunt benefice sunt descurajate. În familiile sănătoase, oamenii se sprijină şi se încurajează reciproc să devină cât mai buni şi să evite influenţele şi activităţile dăunătoare. Familiile sănătoase nu permit folosirea drogurilor, de exemplu, dar dacă apare dependenţa de droguri, o familie sănătoasă ajută persoana în cauză. Nu-l aruncă pe acel dependent în închisoare şi nu-l lasă să se descurce singur.

“Ceea ce faceţi celui mai mic dintre fraţii mei, Mie îmi faceţi”. Acest citat a fost înregistrat corect în Biblie şi este înţeles corect. Eu am spus asta. Este un principiu fondator esenţial pentru societate şi la care mulţi oameni încearcă să adere, spre cinstea lor. A astfel de atitudine în cadrul societăţii o face puternică. Dacă oamenii ar simţi cu adevărat că sunt respectaţi şi li se poartă de grijă, le-ar fi mult mai greu să se rătăcească. Aşa cum copiii care au crescut în familii unde au fost respectaţi şi îngrijiţi devin adulţi sănătoşi, societăţile care îşi respectă şi au grijă de membrii lor produc cetăţeni sănătoşi şi eficienţi. Dacă oamenii din societatea voastră ar fi mai puţin loviţi, toată lumea ar suferi mult mai puţin. Durerea celorlalţi devine durerea voastră, durerea societăţii. Vindecaţi durerea oamenilor şi societatea voastră va fi vindecată. Trataţi-i pe toţi cei din societatea voastră, de fapt, pe toţi oamenii din lume ca şi cum ar aparţine familiei voastre, ceea ce chiar este adevărat.

Sunteţi mai conectaţi ca niciodată cu toată lumea prin intermediul tehnologiei şi al telecomunicaţiilor, aşa că este mai important ca oricând să îi consideraţi pe toţi oamenii din lume ca aparţinând unei singure familii. Voi toţi aparţineţi familiei lui Dumnezeu, dar nu un Dumnezeu al unei anumite religii, ci Dumnezeul tuturor religiilor. Această atitudine ar putea schimba lumea în care trăiţi mai rapid decât orice altceva. Dacă toţi

aţi avea această atitudine sau v-aţi strădui să o aveţi, lumea voastră s-ar transforma.

Dar cum se poate insufla o astfel de atitudine? În primul rând, trebuie să înţelegeţi importanţa şi necesitatea unei astfel de atitudini, iar apoi trebuie să vă hotărâţi să o adoptaţi lăuntric cât mai bine. Iată un principiu călăuzitor, poate cel care va transforma lumea: “Fă altora ce ai vrea ca ei să-ţi facă ţie”. Aceasta este regula de aur. Este considerată ca fiind de aur, adică mai preţioasă decât orice altceva. Oare câţi ani vor mai trece până când oamenii se vor angaja cu adevărat în acest sens şi îşi vor construi societăţile, ba chiar lumea, pe această instrucţiune simplă?!

Aşa fac sau măcar încearcă să facă familiile şi cei dragi. “Fă celuilalt ceea ce ai vrea ca el sau ea să-ţi facă ţie”. Este simplu, nu aveţi nevoie de zece porunci, aceasta este suficientă. În loc să vă spună ce să nu faceţi, regula de aur vă spune ce să faceţi. Voi ştiţi întotdeauna ce aţi vrea să vi se facă, e un lucru uşor de convenit, deoarece toţi sunteţi la fel în acest sens. Toţi vreţi să vi se facă anumite lucruri şi să nu vi se facă alte lucruri. Regulile de trai nu pot fi mai simple de atât.

Dar acesta este opusul modului în care îşi duc viaţa indivizii conduşi de ego. Ei trăiesc fără să ţină cont de efectele pe care acţiunile lor le au asupra celorlalţi sau asupra naturii. Fac ce vor, indiferent de cum îi afectează pe ceilalţi sau natura, ca şi cum ar fi separaţi şi izolaţi de tot ceea ce îi înconjoară, ca şi cum nu ar avea nevoie de natură, de ceilalţi sau de societate.

Aceasta este problema. Astfel de indivizi nu înţeleg că se lovesc singuri atunci când îi prejudiciază pe ceilalţi sau dăunează naturii, când nu iau în considerare bunăstarea celorlalţi. Ei sunt miopi, iar societăţile mioape nu prosperă sau nu au o durată prea lungă.

Nenumărate lumi ca a voastră au apărut şi au dispărut din cauza unei astfel de miopii şi a egoismului. Lumea voastră se află la o răscruce de drumuri şi totul se reduce acum la asta: angajaţi-vă să aveţi grijă unii de alţii şi de natură sau veţi pierde tot ceea ce a câştigat omenirea şi pentru ce s-a străduit. Situaţia nu poate continua aşa cum se înfăţişează acum. Este necesară o schimbare dramatică a conştiinţei şi a politicilor pentru a pune omenirea pe un nou curs.

S-a spus despre mine că am fost un revoluţionar la vremea mea, acum 2000 de ani, iar ceea ce vă sugerez este revoluţionar chiar şi astăzi.

Este necesară o revoluţie a conştiinţei, nu o revoluţie politică. Aceste schimbări pot avea loc fără convulsii sau tulburări politice. Sistemul democratic este construit pe respect şi libertate pentru toţi şi tot ce trebuie să faceţi este să vă ridicaţi la înălţimea acestor mari idealuri şi să nu lăsaţi pe nimeni să submineze democraţia, care v-a slujit în toţi aceşti ani.

Există forţe care acţionează pentru a submina democraţia şi trebuie să deschideţi bine ochii şi să deveniţi înţelepţi în această privinţă, aşa cum sunteţi mulţi dintre voi. Sunteţi puternici şi buni. Am toată încrederea că bunătatea va învinge, dar cei buni trebuie să fie puternici şi curajoşi. Iar cei buni trebuie să glăsuiască şi să se facă auziţi. Folosiţi-vă vocile şi voturile pentru a apăra valorile bunătăţii şi ale libertăţii pentru toţi. Rămâneţi fideli valorilor iubirii şi ale păcii. Ele sunt soluţia la problemele lumii voastre.

Vă mulţumesc că aţi fost aici, cu mine. Eu sunt cu voi mereu.»

Capitolul 10

Găsirea scopului vieţii

«Fiecare om are locul său în lume. Fiecare om este aici cu un scop. Locul în care te-ai născut spune adesea ceva despre rostul tău pe lume, despre lecţiile şi despre scopul tău. Locul şi familia în care te-ai născut sunt alegeri critice pentru suflet, deoarece acestea pregătesc terenul şi creează un mediu, inclusiv oportunităţi şi, eventual, limitări, care te modelează, cel puţin în primii ani de viaţă, când se formează o mare parte din condiţionările umane.

Nu oricine îşi recunoaşte scopul vieţii sau locul său în lume şi nici alţii nu i-l recunosc. Mulţi fac greşeala de a crede că scopul vieţii ar trebui să fie evident şi se plâng de faptul că nu ştiu care este al lor. Dar multe scopuri ale vieţii nu sunt deloc evidente şi s-ar putea să nu fie cunoscute niciodată.

Uneori, scopul sau "rostul" cuiva nu este deloc o anumită ocupaţie, ci să trăiască, pur şi simplu, acolo unde este şi să fie cine este în acel loc şi să înveţe ceva din asta. Scopul vieţii multora nu are nimic de-a face cu modul în care îşi câştigă pâinea sau chiar cu modul în care îşi petrec timpul, caz în care ocupaţia şi chiar talentele lor ar putea să nu conteze pentru planul sufletului lor, decât dacă împiedică realizarea planului sufletului într-un fel sau altul.

Scopul vieţii multor oameni este să tragă învăţături dintr-o anumită lecţie sau mai multe. De exemplu, rostul lor ar putea fi să echilibreze o karmă sau să înveţe să iubească mai profund sau să fie mai responsabili, mai răbdători sau mai buni. Toate calităţile bune ale naturii umane se dezvoltă prin "loviturile dure" de la şcoala vieţii. Cele mai multe dintre aceste calităţi, cum ar fi responsabilitatea, răbdarea şi bunătatea, se capătă suportând mai întâi consecinţele faptului de a nu le avea. Există nenumărate lecţii pentru a deveni o fiinţă umană mai bună şi mai eficientă, pe care fiecare trebuie să le înveţe în numeroasele sale vieţi.

Nu trebuie să vă faceţi griji că nu vă îndepliniţi scopul vieţii. Majoritatea oamenilor şi-l îndeplinesc, într-un fel sau altul, indiferent dacă sunt conştienţi sau nu de acest scop. Sunteţi programaţi să îndepliniţi un scop în viaţă. Ceea ce vreau să spun este că vi se oferă un

mediu, oportunităţi, o personalitate şi impulsuri pentru a face anumite lucruri şi nu altele. Sufletul se asigură că vă îndepliniţi scopul vieţii oferindu-vă îndrumări intuitive, aducându-vă oportunităţi şi oameni care vă vor ajuta şi, de asemenea, punându-vă piedici atunci când vă îndreptaţi în direcţii care nu sunt propice îndeplinirii acestuia.

Ca să nu vă îndepliniţi scopul vieţii, ar trebui să acţionaţi contrar impulsurilor înnăscute, a personalităţii, înclinaţiilor, talentelor şi intuiţiei voastre şi să refuzaţi nişte ocazii evidente. Rareori se întâmplă asta. Doar cei care suferă foarte mult, care nu mai simt legătura cu intuiţia, bucuria, entuziasmul, talentele şi înclinaţiile lor, s-ar putea opune tendinţelor naturale care îi determină pe majoritatea oamenilor să îşi îndeplinească scopul vieţii. Atunci când oamenii se simt foarte loviţi, ar putea să nu ţină cont de imboldurile lor interioare şi să se teamă de a profita de oportunităţile şi darurile care le apar în cale, care au menirea de a-i ajuta să-şi îndeplinească scopul vieţii.

Iar când se întâmplă asta, de obicei, devin foarte nefericiţi şi deprimaţi. Această suferinţă este modul în care viaţa vă spune că trebuie să vă schimbaţi modul de gândire şi alegerile. Viaţa este foarte amabilă în acest fel, arătându-vă, prin suferinţă, care gânduri sunt adevărate şi care sunt false şi pe care drum să mergeţi sau nu. Alegeţi să mergeţi întotdeauna în direcţia care vă aduce bucurie, nu cea care vă înfricoşează. Îndepărtaţi-vă de gândurile şi alegerile care vă provoacă suferinţă şi mergeţi spre cele ce vă aduc bucurie.

Având în vedere că majoritatea oamenilor îşi îndeplinesc sau îşi vor îndeplini scopul vieţii, tot ce trebuie să faceţi este să fiţi atenţi la oportunităţile pe care vi le-a oferit viaţa până acum şi ce anume vă pasionează şi veţi înţelege care ar putea fi scopul vieţii voastre. Sau uitaţi-vă la ceea ce deja aţi învăţat şi aţi câştigat din provocările vieţii. Cum aţi evoluat? Este posibil ca acea creştere personală să fie legată de lecţiile de viaţă şi, eventual, de scopul vieţii. Dar, aşa cum am spus, nu trebuie neapărat să ştiţi care este scopul sau care sunt lecţiile voastre, deşi dacă aveţi o idee în acest sens, adesea, vă va folosi pentru a vă putea "lăsa duşi de val" şi a nu vă împotrivi planului vieţii voastre.

Foarte multe lecţii de viaţă, care ar putea constitui chiar scopul vieţii, sunt deprinse în cadrul relaţiilor sentimentale sau al unei anumite relaţii. Unele dintre aceste relaţii merg şnur, dar altele sunt instabile.

Totuşi, cât de bine merge o relaţie nu dă şi măsura valorii ei. Unele dintre cele mai valoroase relaţii sunt cele dificile, adesea implicând şi karma. În relaţiile greu de destrămat dintr-un motiv sau altul este adesea implicată karma.

Opţiunea de a rămâne sau nu într-o astfel de relaţie poate fi o adevărată dilemă, dar dacă oamenii au sentimentul că are un rost, este adesea suficient pentru a trece peste orice dificultăţi. Astfel de relaţii pot fi mari creuzete ale evoluţiei. Pe de altă parte, karma sau lecţia ar putea fi, de fapt, că trebuie să pleci, indiferent cât de greu ţi-ar fi. Unele cupluri se reunesc iar şi iar în aceeaşi relaţie codependentă sau abuzivă pentru a învăţa că trebuie să iasă definitiv dintr-o astfel de relaţie.

În general, ceilalţi oameni sunt esenţiali pentru îndeplinirea scopul vieţii, deoarece ei sunt cei care vă aduc ocaziile, darurile, informaţiile şi provocările de care aveţi nevoie pentru a creşte şi evolua. Examinându-vă relaţiile, puteţi să trageţi o concluzie despre scopul vieţii voastre, mai ales dacă acesta implică lecţii legate de iubire şi emoţii.

O altă posibilă modalitate de a căpăta o anumită perspectivă asupra scopului vieţii este să observaţi ce talente sau înzestrări unice aveţi. Ele au menirea să fie folosite pentru scopul vieţii. Talentele se dezvoltă de-a lungul mai multor vieţi. Aşadar, orice talent pe care îl aveţi s-a obţinut prin dedicarea sufletului vostru de-a lungul a mai multor vieţi, şi este probabil că îl va dezvolta în continuare sau îl va folosi în această viaţă.

De exemplu, dacă cineva este interesat de vindecare, probabil că a fost un fel de vindecător în vieţile anterioare, poate stimulat de unele experienţe din primele vieţi în care avusese nevoie de vindecare şi a primit-o sau în care nu a primit-o. Ambele asemenea situaţii pot determina un suflet să caute să devină vindecător, deoarece a fost puternic amprentat de importanţa pe care vindecătorii o au pe lume.

Fiecare dintre voi este unic, în mare parte pentru că aveţi istorii unice, nu doar în această viaţă, ci şi de-a lungul numeroaselor voastre vieţi. S-ar putea să am necazuri cu unii, pentru că pomenesc aici despre alte vieţi anterioare, din cauză că mulţi nu cred că eu, Isus Cristos, aş vorbi despre astfel de lucruri. Dar vă este folositor să înţelegeţi cum funcţionează această şcoală a vieţii. Ştiind că aţi avut mai multe vieţi, vă puteţi explica foarte multe lucruri ce nu pot fi explicate altfel. Aşadar, vă ofer cu plăcere această înţelegere.

De exemplu, fără această înţelegere, este foarte greu de explicat de ce există inegalităţile, nu doar diferite experienţe de viaţă, ci şi de ce unii oameni sunt mai talentaţi, mai înţelepţi şi mai plini de compasiune decât alţii. Cum puteţi explica acest lucru dacă nu luaţi în considerare posibilitatea altor vieţi?! Dacă această viaţă ar fi singura care există, atunci chiar că Viaţa ar fi nedreaptă, pentru că unora li se dau facilităţi şi talente, pe când altora nu li se dau.

Dar viaţa este ca o şcoală cu o singură sală de clasă, unde sunt adunate suflete de toate vârstele, fiecare cu propriile lecţii, talente şi capacităţi. Şi, ca într-o şcoală cu o singură clasă, sufletele mai bătrâne sunt menite să aibă grijă, să le sprijine şi să le îndrume pe cele mai tinere. Acest proiect divin este plin de bunăvoinţă şi nu vă mai pare capricios, când înţelegeţi că el cuprinde şi alte vieţi şi o adunare de suflete cu diverse vârste spirituale în această viaţă.

Cel mai bun indiciu privind scopul vieţii voastre este ce anume vă place să faceţi şi ce v-ar atrage să faceţi şi în ce să vă implicaţi. Oricine înţelege la ce mă refer, dar nu toată lumea îşi urmează bucuria, acest imbold afectiv, din diverse motive.

Frica este cel mai important motiv pentru care oamenii nu fac ceea ce le place sau nu se orientează spre ceea ce îi interesează. Judecata este un alt motiv, fie propriile judecăţi, fie judecăţile altora. Dacă, de exemplu, ai crescut în preajma unor oameni care nu preţuiau arta, atunci s-ar putea să fi preluat judecăţile lor şi nici măcar să nu te fi gândit vreodată să te ocupi de artă ca hobby sau ca meserie.

Acum lăsându-ţi la o parte temerile sau judecăţile, cum ai vrea să-ţi petreci timpul? Ce te interesează? Ce îţi face plăcere? Ce te entuziasmează? Despre ce vrei să înveţi mai mult sau la ce vrei să devii mai priceput? Răspunsurile la aceste întrebări sunt indicii despre scopul vieţii tale. Trebuie să nu te opreşti să faci ceea ce te simţi îndemnat să faci, fără nicio prejudecată sau din orice alt motiv. Şi să fii convins că viaţa te va sprijini să-ţi urmezi scopul vieţii. Nu poate fi altfel.

Nu-i lăsa pe alţii să stabilească cum îţi vei petrece viaţa. Acest lucru trebuie să îl decizi tu. Tu eşti cel care îţi trăieşti viaţa şi tu eşti cel care vei trage consecinţele alegerilor tale. Aceasta este viaţa ta şi este unică. Nu va fi ca viaţa nimănui altcuiva care a trăit sau va trăi vreodată.

Viaţa ţi-a rezervat un scenariu. Ea are deja un plan; tot ce trebuie să faci este să-ţi urmezi tendinţele, înclinaţiile, impulsurile şi bucuria pe care le simţi în mod natural, iar viaţa ta se va desfăşura într-un mod care te va împlini sufleteşte şi îţi va îndeplini scopul vieţii. Îţi co-creezi viaţa împreună cu însăşi Viaţa. Ai încredere în Viaţă. Este înţeleaptă şi are un plan pentru tine, pentru această viaţă, care te va face fericit. Viaţa vrea să te facă fericit. Nu lăsa nimic să stea în calea Vieţii. Lasă viaţa să-şi urmeze calea prin intermediul tău.

Vă mulţumesc că aţi fost aici, cu mine. Eu sunt cu voi mereu.»

Capitolul 11

Cum influenţează lumea fiinţele non-fizice

«Vreau să luaţi la cunoştinţă şi să simţiţi prezenţa mea în lume, pentru că sunt aici, la fel ca mulţi alţii. Se pare că nu vi se spune îndeajuns că sunteţi călăuziţi şi supravegheaţi într-un mod divin şi plin de iubire. Vreau să ştiţi acest lucru nu doar pentru că este adevărat, ci şi pentru mângâierea pe care v-o poate aduce.

Orice vă ajută să vă liniştiţi şi să vă reconfortaţi vine din bunătate, de la Dumnezeu şi este un semn că sunteţi în armonie cu Dumnezeu, cu natura voastră divină.

Vreau să vă puteţi relaxa şi să vă bucuraţi de viaţă, să-i cântaţi laude şi să-i recunoaşteţi bunătatea. Acesta este adevărul. Şi vreau să-l cunoaşteţi. Sunteţi vegheaţi şi iubiţi. Aşa a fost dintotdeauna. Omenirea şi întreaga creaţie sunt îngrijite, călăuzite, hrănite şi susţinute de fiinţele din alte dimensiuni a căror sarcină este să facă acest lucru. Existenţa noastră este menită a vă susţine existenţa voastră.

Am fost cândva un om şi acum ajut la susţinerea omenirii. Aşa funcţionează lucrurile, deşi este un mod foarte simplist de a vorbi despre ceva atât de incomensurabil de complex, din punctul vostru de vedere. Spunând asta, nu vă vorbesc de sus. Este un simplu fapt, acela că abilitatea voastră de a înţelege ce se întâmplă în creaţie este limitată de hardware-ul vostru, ca să nu mai vorbim de software.

Repet, nu vă vorbesc de sus. Adevărul este că nu sunteţi deloc oameni, aşa cum nu sunt nici eu, ci doar experimentaţi temporar ce înseamnă să fii om. Iar fiinţele umane sunt destul de limitate în capacitatea lor de a raţiona şi de a înţelege, în special când vine vorba de natura universului.

Vă surprinde să auziţi că nu sunteţi, de fapt, oameni?! Vă este greu să pricepeţi adevărul despre voi înşivă şi la asta mă refer când spun că aveţi o problemă de hardware şi software. Sunteţi proiectaţi să vă consideraţi într-un anumit fel şi să nu fiţi conştienţi de natura voastră divină, de adevărata voastră natură.

Aceasta nu este o greşeală, ci o proiectare intenţionată, deşi temporară, care permite Sinelui vostru divin să aibă un anumit gen de experienţă.

Vă rog să înţelegeţi că orice cuvinte aş folosi pentru a descrie adevărul vor fi nepotrivite şi, prin urmare, vă înfăţişează o imagine oarecum distorsionată a adevărului sau una pe care o puteţi înţelege greşit. Cu toate acestea, voi continua să vă spun ce se întâmplă nu numai în lumea voastră, ci şi cum lumile noastre, a voastră şi a mea, se intersectează, mai bine zis, se suprapun. Lumea noastră, dimensiunea noastră se suprapune peste a voastră, există în interiorul ei sau se întrepătrunde cu ea, astfel încât, deşi cei mai mulţi dintre voi nu puteţi vedea în dimensiunea noastră, noi vedem în a voastră pe mai multe niveluri decât vă daţi seama.

Vedem impactul lucrărilor lui Dumnezeu asupra lumii voastre. Vă vedem gândurile, vă cunoaştem emoţiile şi vă înţelegem motivaţiile, impulsurile şi visele. Vă cunoaştem lecţiile, greutăţile, cu ce vă luptaţi şi cum simţiţi că nu aţi reuşit şi că aţi eşuat. Ştim totul despre voi, mai multe decât ar putea şti vreodată vreo persoană.

Tocmai de aceea suntem în măsură să vă călăuzim. Vă cunoaştem bine şi ştim cum vă integraţi în ansamblu şi ce a pregătit Dumnezeu pentru voi, am putea zice, sau cum vrea Dumnezeu să creşteţi şi să evoluaţi spre binele tuturor.

Cunoaştem sensul Vieţii şi scopul vieţii voastre şi al tuturor. Ştim lucruri pe care voi nici măcar nu bănuiţi că ar putea fi cunoscute. Înţelegem perspectiva îngustă din care priviţi viaţa şi situaţiile, dar suntem aici pentru a vă ajuta să priviţi într-un mod mai larg şi mai realist.

Totuşi, nu putem să vă spunem tot ceea ce ştim, nu numai pentru că s-ar putea să nu înţelegeţi, ci şi pentru că sunteţi meniţi să aveţi experienţa limitată de fiinţe umane. Nu e cazul să ştiţi ceea ce ştim noi.

Când spun "noi", mă refer la numeroasele fiinţe non-fizice de toate felurile care vă ghidează pe voi şi Pământul şi alte planete din a treia dimensiune, acolo unde există umanoizi.

Mă ştiţi ca Isus Cristos şi aşa rămân pentru voi, dar am continuat să evoluez faţă de acea viaţă şi, în acest moment al evoluţiei mele, am misiunea de a călăuzi planeta şi omenirea în ansamblu şi, de aceea, sunt

mai puţin un ghid pentru indivizi, deşi misiunea de a ghida omenirea include adesea şi o anumită îndrumare individuală. Sunt capabil să fac nenumărate lucruri în acelaşi timp şi să exist oriunde şi peste tot unde-i nevoie de mine. Cu adevărat, faceţi parte dintr-o creaţie magnifică. Există mult mai multe aspecte decât vă daţi voi seama.

Adeseori, vă simţiţi singuri şi la mila vieţii şi a acţiunilor altora, dar nu este chiar aşa. Nu sunteţi niciodată singuri şi nici lăsaţi la toanele forţelor negative. Puteţi cere oricând ajutor şi, dacă îl cereţi, îl veţi primi. Acesta este un mesaj foarte important pentru astăzi şi pentru totdeauna. Nu sunteţi niciodată singuri, dar uneori trebuie să cereţi ajutor pentru ca să vă fie dat.

Spun "uneori", pentru că întotdeauna vi se oferă o anumită asistenţă, dar unele lucruri trebuie să le cereţi. Cerându-le, ne semnalaţi că sunteţi gata să primiţi acel tip de asistenţă. Acesta este scopul rugăciunii, să cereţi ajutorul de care aveţi nevoie şi pe care îl doriţi. Prin asta, ne informaţi că sunteţi gata şi dornici să primiţi ajutor de la noi.

Pentru anumite tipuri de asistenţă, trebuie să ştim că sunteţi pregătiţi şi dornici să primiţi acel ajutor. Trebuie să ştim că acea cerere vine prin liberul vostru arbitru. Pentru că nu vi-l încălcăm niciodată.

Eu şi multe alte fiinţe non-fizice ne implicăm în problemele lumii voastre în acest moment foarte critic din istoria Pământului. Acţionăm pentru a influenţa liderii şi alte persoane aflate în poziţii de putere, precum şi persoanele care joacă roluri istorice importante. Le permitem oamenilor să acţioneze pe baza liberului lor arbitru, dar noi încercăm să-i îndrumăm în anumite direcţii. Uneori ei ascultă, dar alteori nu, caz în care ne străduim în continuare din dimensiunea noastră să îndeplinim planul cât mai bine.

Principalele noastre instrumente în acest scop sunt influenţa prin intermediul intuiţiei oamenilor şi al celor care sunt purtătorii noştri de cuvânt. Cu alte cuvinte, oamenii sunt inspiraţi de noi în mod intuitiv să spună ceea ce trebuie spus sau să facă ceea ce trebuie făcut, sau sunt inspiraţi să spună altcuiva ceea ce trebuie spus sau făcut. Iar mediumii sunt, desigur, un mijloc mai direct de a vă comunica ceea ce dorim.

Dar vă rugăm să înţelegeţi că sunt multe lucruri pe care nu ne este permis să vi le comunicăm sau să vi le explicăm. Multe lucruri trebuie să vă rămână necunoscute, pentru că nu sunteţi meniţi să ştiţi anumite

lucruri, din diverse motive. Dacă aţi afla unele lucruri, v-ar putea împiedică evoluţia voastră sau a altcuiva, sau ar putea schimba cursul normal pe care voi sau altcineva îl urmaţi, într-un mod care ar putea să nu fie benefic. Trebuie să fim foarte atenţi, şi mediumii trebuie să fie, şi ei, foarte atenţi ce informaţii oferim oamenilor.

Nu putem decât influenţa într-o măsură limitată oamenii şi cursul evenimentelor, deoarece nu ne este permis să încălcăm liberul lor arbitru. Fără astfel de restricţii, am putea manipula viaţa oamenilor de pe Pământ oricum am dori. Dar trebuie să respectăm anumite reguli privind intervenţia în treburile personale şi pământeşti.

Totuşi, de obicei, suntem capabili să dirijăm o persoană sau o lume în direcţia planului său. Doar foarte rar nu reuşim, iar atunci lecţiile devin foarte grele pentru toţi cei implicaţi. O mare parte din suferinţele şi dificultăţile pe care le resimt oamenii sunt cauzate de faptul că ei nu ţin cont de îndrumările pe care le primesc de la noi. Viaţa ar fi cu mult mai uşoară dacă toţi s-ar alinia cu planul lor divin.

Cu toate acestea, viaţa nu va fi niciodată foarte uşoară pe Pământ, pentru că nu este menită să fie. Există protagonişti şi antagonişti. Oamenii joacă ambele roluri, de eroi şi de răufăcători, şi aşa a fost întotdeauna.

În parte, este aşa, deoarece pe Pământ există suflete de vârste foarte diferite, iar sufletele tinere sunt adesea destul de îndepărtate de iubire şi destul de prinse de ego şi nu prea înţelepte. În consecinţă, multe dintre dificultăţile şi suferinţele oamenilor sunt cauzate de alegerile lor proaste. Însă toţi învaţă câte ceva din orice li se întâmplă.

Totuşi, mai există şi unii ceva mai avansaţi în evoluţie, dar încă departe de iubire şi care acţionează numai în funcţie de propriul interes. Aceşti indivizi sunt mai periculoşi decât sufletele tinere, deoarece sunt mai inteligenţi şi îşi servesc doar ego-ul, fără nicio jenă. Ei ajung deseori în poziţii de putere, unde fac mult rău oamenilor şi unor ţări întregi.

Democraţiile au fost concepute pentru a împiedica astfel de indivizi să ajungă la putere, prin stabilirea anumitor legi, orientări şi norme. Dar acum trăiţi în nişte vremuri periculoase şi vă voi vorbi direct, pentru că este important să înţelegeţi cât de precară este situaţia democraţiei voastre.

Să nu credeţi că democraţia se clădeşte de la sine. Ea se poate clătina şi se poate prăbuşi. Se bazează şi depinde de bunătatea celor care sunt la guvernare, iar atunci când cei care manevrează pârghiile puterii sunt corupţi, democraţia nu poate rezista. Democraţia depinde de oamenii cinstiţi şi dezinteresaţi care îşi fac treaba pentru binele general. Odată ce guvernul se umple cu indivizi care-şi urmăresc doar propriul interes, nu veţi mai avea parte de nicio democraţie. Controalele şi echilibrele pe care le-aţi creat se bazează pe faptul că oamenii sunt, în general, cinstiţi şi demni de încredere. Necinstea, înşelăciunea şi secretomania sunt duşmanii democraţiei şi, de fapt, duşmanii oricărei societăţi.

Poate că nu le daţi suficientă importanţă. Dar atunci când sunt lăsate să se întâmple, fără ca oamenii să le oprească sau să ia poziţie publică împotriva lor, atunci toţi cei care le permit devin complici cu cei care le aplică şi vor suferi consecinţele.

Consecinţele sunt că doar câţiva vor avea putere şi bani, iar restul nu, pentru că tocmai acesta este scopul celor care se folosesc de minciună, înşelăciune şi secretomanie pentru a avansa. Parvin pe spinarea tuturor celorlalţi.

Ei privesc viaţa ca pe un joc cu sumă zero, în care unii câştigă şi alţii pierd, iar ei sunt hotărâţi să iasă învingători. Adevărul este că, în aceste cazuri, toată lumea pierde, dar ei nu pricep asta. Este lecţia pe care trebuie s-o înveţe, iar ei o transformă în lecţia tuturor. Cei care au fondat democraţiile voastre au făcut tot ce au putut pentru a împiedica să se întâmple acest lucru şi, cu toate acestea, vedeţi că se întâmplă astăzi. Cei care sunteţi cinstiţi şi care aderaţi la învăţăturile mele nu trebuie să le permiteţi unor astfel de indivizi să vă păcălească sau să obţină puterea.

Greşeala celor buni şi generoşi este adesea aceea că le permit altora să capete putere asupra lor, dar nu în felul acesta sunteţi buni şi generoşi cu voi înşivă sau cu copiii voştri. Trebuie să luptaţi pentru adevăr, să luaţi poziţie în favoarea cinstei, să apăraţi legile care au fost elaborate cu grijă de către cei dinaintea voastră care au preţuit libertatea şi democraţia.

Nu spun să luptaţi fizic împotriva celor care vor să vă asuprească, ci să luptaţi cu vocile şi voturile voastre. Violenţa nu este necesară, deşi unii ar putea să creadă acest lucru şi se vor simţi îndreptăţiţi s-o aplice. După cum ştiţi, nu violenţa a fost calea mea şi ea nu este necesară pentru ca să vă păstraţi şi să vă recâştigaţi valorile democratice.

Vă rog să fiţi conştienţi că forţele binelui, ale păcii şi ale iubirii vă susţin în preocuparea voastră pentru dreptate şi adevăr şi vă îndrumăm pe fiecare să faceţi ceea ce este mai bine pentru voi, pentru ţara voastră şi pentru lume. Iubiţi pacea, acţionaţi pentru pace şi fiţi pe pace! Aliniaţi-vă cu bunătatea voastră înnăscută şi fiţi o forţă a binelui în lume! Întotdeauna, lecţia este să iubiţi tot mai mult.

Vă mulţumesc că aţi fost aici, cu mine. Eu sunt cu voi mereu.»

Capitolul 12

De ce există suferinţă?

«Aş dori să vă explic cât mai clar cu putinţă de ce există suferinţa. Religiilor li se cere să o lămurească, dar ele nu au reuşit în mod adecvat sau au dat explicaţii nefolositoare ori chiar dăunătoare.

Adesea, motivul pe care religiile îl găsesc pentru suferinţă este pedeapsa. Se zice că voi – omenirea – aţi fi nişte păcătoşi şi, prin urmare, sunteţi condamnaţi să suferiţi şi aveţi puţine şanse la fericire adevărată în această viaţă. Aşadar, dacă vi se întâmplă ceva neplăcut, aţi putea presupune că vă pedepseşte Dumnezeu pentru ceva rău ce aţi făcut. Şi, fiind imperfecţi, ca oricine, vă puteţi uşor imagina când anume aţi greşit şi, eventual, aţi atras "mânia lui Dumnezeu".

Această explicaţie este, în mod evident, inadecvată şi neadevărată, deoarece bebeluşii şi copiii nevinovaţi se confruntă uneori cu provocări sau greutăţi pe care nu şi le-ar fi putut provoca singuri. Şi, la fel de frecvent, mulţi oameni rămân nepedepsiţi pentru crimele lor. Animalele au şi ele parte de dificultăţi, cum ar fi accidentele, bolile, îmbătrânirea şi moartea, deci sunt şi ele pedepsite?!

Faptul că există suferinţă îi determină pe oameni să tragă concluzia că viaţa este nedreaptă, că Dumnezeu este răzbunător, pedepsitor, nedrept sau crud, sau că nu există niciun Dumnezeu, nicio inteligenţă superioară în spatele vieţii. S-ar părea că nu ar trebui să existe suferinţă şi este greu de înţeles de ce există. De ce ar fi creat Dumnezeu o lume atât de plină de suferinţă?!

Nu, greutăţile vieţii nu sunt o pedeapsă de la Dumnezeu. Dificultăţile fac parte din viaţă. Ele ţin de faptul de a avea un trup şi de a trăi într-o lume a formelor, o lume perisabilă. Tot ce-i viu apare şi dispare. Aceasta-i realitatea. Pur şi simplu, aşa este viaţa. Accidentele, îmbătrânirea, boala, moartea nu sunt nişte pedepse. Chiar şi dificultăţile pe care vi le atrageţi singuri prin judecăţi greşite nu sunt o pedeapsă a lui Dumnezeu, ci doar consecinţele naturale ale judecăţilor greşite. Viaţa vă învaţă prin anumite lecţii; nu vă pedepseşte pentru greşelile voastre.

Dar înainte de a continua, trebuie să fac o distincţie între dificultăţi şi suferinţă. Dificultăţile cauzează adesea suferinţă, dar suferinţa în sine

poate fi evitată. Este posibil să aveţi greutăţi, dar să nu suferiţi prea mult din cauza lor. Suferinţa este cauzată de ceea ce oamenii îşi spun în forul lor interior despre greutăţile întâmpinate, inclusiv de modul cum definesc ceva ca fiind o dificultate. Suferinţa este acea trăire psihică a nefericirii, a disperării, a depresiei şi a tuturor emoţiilor negative pe care le simt fiinţele umane, cum ar fi furia, ura, gelozia, invidia, vinovăţia, resentimentele şi frica. Asta-i suferinţa, şi voi înşivă creaţi aceste stări negative când credeţi în anumite gânduri.

Deşi puteţi să fiţi sau puteţi să nu fiţi responsabili pentru dificultăţile pe care le întâmpinaţi, totuşi, doar voi înşivă, nu Dumnezeu, sunteţi răspunzători pentru orice suferinţă legată de aceste dificultăţi. Iar aceasta este una dintre cele mai importante lecţii pe care le învaţă fiinţa umană: Tu şi numai tu eşti responsabil pentru suferinţa ta, pentru starea ta interioară. Prin urmare, tu şi numai tu te poţi face fericit. Asta-i chiar o veste bună. Înseamnă că ai puterea de a fi fericit în această viaţă, în loc să suferi.

Există o explicaţie simplă pentru acest tip de suferinţă, pe care am repetat-o în toate cărţile pe care le-am scris prin acest medium: Sunteţi proiectaţi în aşa fel încât să suferiţi. Vi s-a dat un ego, ce include vocea din capul vostru, care vă face să suferiţi, pentru că percepe greşit viaţa şi o abordează pe baza fricii, nu prin iubire. Aşadar, în acest sens, nici măcar nu sunteţi răspunzători pentru suferinţa voastră; ci ego-ul este. Vocea din capul vostru vă umple cu minciuni şi adevăruri parţiale, iar atunci când le credeţi, suferiţi. Cu toate acestea, ţine doar de voi să descoperiţi acest fapt şi să vă treziţi din această programare.

Dar astăzi aş vrea să vă spun mai multe despre motivul pentru care aţi fost proiectaţi în acest fel. Pare o farsă sadică, dar nu este deloc aşa. Mulţi dintre voi aţi auzit spunându-se că “Dumnezeu se joacă de-a v-aţi ascunselea cu El însuşi”. Aş dori să explorez puţin această idee împreună cu voi pentru a înţelege ce se întâmplă.

Nu există nimic altceva decât Dumnezeu în tot ce există, atât înainte de crearea lumilor fizice, cât şi după ce au fost create. Tot ceea ce există este Dumnezeu care se manifestă în acele forme. Meditaţi la ideea asta pentru un moment: Tot ce există este Dumnezeu care se manifestă în acea formă. Da, Dumnezeu se manifestă ca acea masă, ca acea pasăre, ca

acel copac, ca acea piatră. Dumnezeu este imanent în toate formele. Nu există nicio formă care să nu fie infuzată cu Dumnezeu.

Un alt mod de abordare a acestei chestiuni este că lumea formelor este ca un vis al lui Dumnezeu: La fel cum mintea voastră produce absolut totul în visele voastre, tot ceea ce există în visul lui Dumnezeu – lumea formelor – a fost produs de mintea lui Dumnezeu. În visul lui Dumnezeu, există personaje care acţionează în diferite moduri, dar în realitate, acele personaje nu există, la fel cum nici personajele din visul vostru nu există de fapt. Există doar Dumnezeu.

Imaginează-ţi, pentru un moment, că tu eşti Dumnezeu şi că nu există nimic în afara ta. Şi apoi, din fericire, descoperi că îţi poţi imagina ceva şi experimenta acel ceva ca şi cum ar fi în afara ta. Este aceeaşi plăcere pe care o ai când îţi imaginezi ceva, doar că imaginaţia lui Dumnezeu, spre deosebire de a ta, poate căpăta o viaţă proprie.

Dar cum se face acest lucru? Mai întâi, tu – adică Dumnezeu – faci ca fiecare creatură să pară unică. Apoi, trebuie să o programezi să se simtă separată de tine şi distinctă de celelalte. Acesta este ego-ul. Este programarea cea care vă face să credeţi că sunteţi rupţi de Dumnezeu şi despărţiţi unii de alţii. Apoi, această senzaţie de a fi un individ distinct este sporită şi mai mult prin înzestrarea fiecărui individ cu liber-arbitru.

Fiecărui individ i se permite să aleagă ceea ce Dumnezeu, în înţelepciunea şi iubirea Lui infinită, poate că n-ar alege. Fiecare individ este lăsat să facă şi altceva decât ceea ce ar face Dumnezeu. La urma urmei, dacă un individ nu ar avea liberul arbitru, ar alege întotdeauna numai ceea ce ar alege şi Dumnezeu. Aşadar, prin definiţie, liberul arbitru este capacitatea de a alege altceva decât ceea ce ar alege Dumnezeu. În acest fel, Dumnezeu poate explora şi descoperi ce se întâmplă atunci când personajele fac diverse alegeri, inclusiv unele nechibzuite, lipsite de iubire şi dăunătoare. Oare ce se va întâmpla când orice alegere este permisă?!

Ego-ul este cel care îl ajută pe Dumnezeu să se joace de-a v-aţi ascunselea cu El însuşi. Ego-ul îi permite lui Dumnezeu să aibă o experienţă pe care altfel nu ar fi avut-o. La fel cum pe voi vă interesează să aveţi noi experienţe, şi Dumnezeu vrea să aibă experienţe. Mulţi alegeţi experienţele provocatoare, aventuroase şi riscante, cum ar fi escaladarea munţilor, doar pentru a vedea ce se întâmplă şi cum aţi face

faţă unei astfel de provocări. Este chiar Dumnezeul din voi care alege asta. Dar tot Dumnezeu alege şi confortul şi plăcerile, nu doar greutăţile. Dumnezeu face toate alegerile posibile prin intermediul fiinţelor umane şi, astfel, dobândeşte experienţă, înţelepciune, abilităţi, înţelegere, noi cunoştinţe şi alte lucruri pe care Dumnezeu nu le-ar fi putut obţine altfel.

"Orice nouă variantă" – asta contează! Poate că pe unele dintre aceste experienţe Dumnezeu nu le-ar repeta şi a doua oară, dar El este dispus să aibă orice fel de experienţă cel puţin o dată, pentru că întotdeauna există ceva de câştigat din orice experienţă.

Fiinţele umane sunt eu-rile lui Dumnezeu prin care El experimentează viaţa. Deşi Dumnezeu experimentează, explorează şi trăieşte prin oricare creatură, totuşi, deoarece fiinţele umane au liber arbitru şi o imaginaţie similară cu cea a lui Dumnezeu, ele Îi oferă posibilităţi unice şi foarte interesante.

Când aud acest lucru, oamenii aduc în mod natural în discuţie cele mai îngrozitoare experienţe pe care le-a avut omenirea, cum ar fi holocaustul şi alte tragedii provocate de oameni. Da, Dumnezeu este dispus să aibă şi aceste experienţe. Când devin sau apar victime, oamenii se îndreaptă foarte repede către iubire. Cât de uşor înţelegeţi importanţa iubirii şi a bunătăţii atunci când vedeţi, într-un mod atât de dramatic, ce rezultate are opusului iubirii! Cei care au avut o asemenea experienţă devin mari iubitori de viaţă, bunătate şi dreptate în vieţile lor viitoare.

Majoritatea fiinţelor umane, deşi separate unele de altele, posedă o empatie naturală care le permite să se identifice şi să înveţe din greşelile altora. Oroarea holocaustului este vie în inimile celor mai mulţi oameni, fie că au trăit-o sau doar au auzit despre el, ca un avertisment şi un exemplu a ceea ce se poate întâmpla, dar care nu trebuie să se mai întâmple.

În cele din urmă, înţelepciunea şi dragostea lui Dumnezeu vor domni, chiar şi în societatea umană. Indiferent de ceea ce trăiesc oamenii, ei se vor întoarce la iubire şi vor fi dobândit înţelepciune pe parcurs. Oamenii dobândesc această înţelepciune prin suferinţă, deoarece suferinţa este dureroasă, iar această durere îi îndreaptă în direcţia corectă. Dacă manifestând ură, simţi durere – iar asta se întâmplă întotdeauna – atunci, în cele din urmă, dacă nu chiar imediat, nu vei mai repeta acel comportament ostil. Şi, să fie foarte clar, cei care

provoacă durere altora suferă şi ei profund înainte, în timpul şi după ce au produs acea durere. S-ar putea să le ia ceva timp până învaţă să se comporte altfel, dar toată lumea învaţă până la urmă.

Pentru că eşti din Dumnezeu, nu vei fi niciodată total despărţit de natura ta divină, şi acesta este tot planul lui Dumnezeu. Deşi Dumnezeu vrea să aibă toate genurile de experienţe, El nu doreşte şi nici nu se pierde definitiv în punctul de vedere limitat al ego-ului. Totuşi, uitarea de Sine temporară este necesară pentru a explora viaţa de deplin, aşa cum El o doreşte.

Eşti făcut din iubire. Ai venit din iubire şi te vei întoarce în iubire. Povestea numeroaselor tale vieţi este, în cele din urmă, una a victoriei asupra fricii şi urii şi a revenirii la iubire. De-a lungul drumului, descoperi la fiecare pas puterea şi importanţa iubirii şi infernul opusului ei, care face parte, de asemenea, din proiectul acestor vieţi. Vieţile tale ca om nu au rostul doar de a avea toate experienţele umane posibile, ci şi de a descoperi că, la baza tuturor acestora, există numai înţelepciune şi iubire.

Iubirea este tot ceea ce a existat şi va exista vreodată. Este marea veste cea bună şi motiv de sărbătoare: În spatele vieţii nu există decât bunătate. Nu există băieţi răi, ci doar jucători care s-au rătăcit şi iau decizii proaste care le fac rău lor înşile şi celorlalţi. La un moment dat în evoluţia ta, ai fost şi tu unul dintre ei, dar ai învăţat să te comporţi altfel. Toată lumea învaţă şi fiecare îi învaţă pe alţii. Şi este posibil să fii fericit şi să-ţi recunoşti adevărata natură, indiferent de circumstanţele vieţii.

Vă mulţumesc pentru că aţi fost deschişi la mesajul de faţă. Aceasta este poate cea mai dificilă învăţătură de transmis şi sper că v-am oferit măcar o licărire din marele mister numit viaţă. Sunt alături de voi mereu.»

Capitolul 13

Cum să faci ca iubirea să devină starea ta firească

«Nu există nimic care să nu fie Dumnezeu, Unimea. Acel ceva care este conştient în tine este conştient şi în Dumnezeu şi în toate formele de viaţă. Aceeaşi conştiinţă este în toate. Există o singură conştiinţă. Această conştiinţă este chiar aici, urmărind această discuţie şi simţind ceea ce tu simţi. Această simţire este Dumnezeu care trăieşte această experienţă prin al tău corp-minte. Atât este de aproape Dumnezeu.

Nu există nimic în afara acestei Unimi, iar tu, ca şi orice altceva, eşti chiar Ea şi nu eşti atât de separat de Ea încât să nu o poţi recunoaşte. Poţi simţi unitatea ta cu Tot-ce-există, chiar dacă trăieşti într-un corp uman. Doar că Cel ce recunoaşte această unitate nu este acela ce crezi tu că ai fi. Tu te consideri a fi sinele fals, iar el nu poate cunoaşte Unimea, pentru că sinele fals este doar un concept, nişte idei despre tine însuţi. Cum ar putea acesta să cunoască ceva?!

Aşa că, desigur, nu sinele fals trăieşte Unimea şi, totuşi, o poţi face şi chiar trăieşti Unimea. Însă nu este corect să numim un “tu” pe Acela care simte Unimea, căci ar însemna să fie o entitate separată de Tot-ce-este, stând deoparte. Asta-i problema cu limbajul, care este inerent dualist. Nu există niciun “tu” în afara Unimii. Nu există deloc un “tu”, ci doar Unimea. “Tu” este doar un concept, un constuct mental menit să creeze iluzia că exişti separat de Unime.

Adevărul este că există un singur Ceva care se manifestă ca totul. Acela care a creat totul se manifestă ca acel tot. Aceasta este nondualitatea.

Dar astăzi vreau să vă vorbesc despre dualitate, despre separarea pe care o trăiţi ca fiinţe umane şi ce să faceţi cu suferinţa pe care v-o provoacă adesea. În loc să simţiţi unitatea voastră cu ceilalţi, vă simţiţi ca fiind separaţi de ei şi, din această cauză, iubirea devine atât de dificilă pentru fiinţele umane. Nu vă recunoaşteţi pe voi înşivă în ceilalţi. Este ca şi cum v-aţi privi în oglindă, dar nu v-aţi recunoaşte.

Ego-ul îi vede pe ceilalţi ca pe o provocare la adresa siguranţei şi autonomiei sale, nu ca pe o parte din el însuşi. Aici este problema. Ego-ul nu-i vede pe ceilalţi ca pe el însuşi, nu înţelege adevărul. Aşa că

reacţionează ca şi cum ceilalţi ar fi o ameninţare sau o provocare sau, poate, o treaptă pe care calcă pentru a obţine ceea ce vrea. Această perspectivă nu este adevărată, dar este experienţa obişnuită a fiinţelor umane.

Fiinţele umane trebuie să înveţe să iubească şi asta învăţaţi de-a lungul numeroaselor voastre vieţi. Deşi starea voastră naturală este iubirea, totuşi, starea voastră implicită este să nu iubiţi, ceea ce constituie marea voastră provocare. Creierele voastre nu sunt cablate să funcţioneze în starea voastră naturală, ci în starea egotică, cel puţin odată ce vi se dezvoltă ego-ul, adică foarte devreme în viaţă.

Pentru a depăşi starea implicită, trebuie să învăţaţi să alegeţi iubirea în locul ei, iar despre asta vreau să vă vorbesc astăzi, despre cum să alegeţi iubirea şi ce înseamnă ea.

Iubirea este o alegere, dar numai dacă aţi început să fiţi conştienţi de eul vostru egotic, dacă v-aţi trezit o anumită capacitate de a vă detaşa de el şi de a-l observa. Atunci când sunteţi complet cufundaţi şi identificaţi cu sinele egotic – aşa cum sunt mulţi oameni în majoritatea timpului – reacţionaţi la viaţă şi la semeni aşa cum reacţionează ego-ul, fără să vă îndoiţi de această reacţie. S-ar putea să nici nu vă daţi seama că mai există şi un alt tip de reacţie, mai iubitoare şi mai eficientă, sau s-ar putea să nu fiţi în stare să alegeţi iubirea, din cauza condiţionărilor voastre.

Spre onoarea lor, religiile încurajează oamenii să facă această alegere în mod conştient, aşa cum se obişnuieşte într-o societate civilizată. Iar când semenii voştri sunt incapabili să facă această alegere, nu aveţi de ales decât să-i iertaţi, căci nu ştiu ce fac.

La un anumit punct al evoluţiei spirituale, se trezeşte în voi o anumită conştientizare şi obiectivitate legată de ego, ceea ce face posibilă alegerea liberă. Toţi cei de faţă sunteţi binecuvântaţi că aţi ajuns în acest punct, căci altfel nu aţi fi interesaţi de acest mesaj sau aţi fi chiar incapabili să-l înţelegeţi. Cu toţii aveţi puterea de a alege iubirea în locul reacţiei egotice obişnuite, care de obicei nu exprimă iubirea.

Pe calea învăţării de a fi mai iubitor, trebuie să înveţi să te ierţi pe tine însuţi şi pe ceilalţi pentru toate păcatele. A te ierta pe tine însuţi şi pe ceilalţi înseamnă, în mare parte, a nu-ţi mai aminti păcatele din trecut şi a te reconstitui ca nou pe tine însuţi şi pe ceilalţi în fiecare nouă clipă, a

nu mai trăi în trecut. Cheia iertării este să nu mai aduci amintirea trecutului în prezent, ci să laşi trecutul în urmă, acolo unde îi este locul.

Progresul pe calea spirituală apare, în mare măsură, atunci când ai învăţat să alegi aspiraţia spre bine în locul impulsului egotic. Nu este atât de dificil să faci această alegere, însă, pentru a deveni opţiunea ta implicită, această alegere trebuie făcută în mod constant, inclusiv şi mai ales în momentele în care îţi vine greu să iubeşti.

Calea spirituală înseamnă să-ţi schimbi starea implicită de la ego la iubire. Poate că mulţi dintre voi nu vă gândiţi la calea spirituală în acest sens. Oare calea spirituală nu înseamnă să devii un iluminat, adică să te ridici deasupra limitelor umane şi să mergi pe apă?! Oare nu este atunci când radiezi şi simţi pacea şi toată lumea este fermecată de prezenţa ta?! Oare nu este atunci când problemele tale dispar şi se pare că obţii orice îţi doreşti?!

Oamenii nu privesc neapărat calea spirituală ca o cale de a deveni mai iubitori. Au alte obiective, alte motive pentru a intra pe o cale spirituală, decât cel de a deveni iubitori. Ei vor să înceteze suferinţa, vor să fie, în sfârşit, mulţumiţi şi fericiţi, vor să se simtă bine în pielea lor, vor să aibă puteri speciale şi control de sine. Acestea sunt interesele ego-ului pentru calea spirituală, dar nu şi raţiunea sufletului de a fi pe cale.

În fond, sufletul vrea să simtă din nou iubirea pe deplin, deoarece, coborând în a treia dimensiune, în materie, a pierdut această cunoaştere, sentimentul de unitate cu totul. Eşti aici pentru a învăţa să iubeşti, nu pentru a fi iubit, aşa cum îşi doreşte ego-ul, ci pentru a manifesta iubirea. Căci aceasta este cea mai mare împlinire şi recompensă şi motivul pentru care ai avut numeroase vieţi pe Pământ.

Poţi învăţa să iubeşti doar practicând iubirea şi trebuie s-o exersezi în fiecare moment. Ai putea citi un milion de cărţi despre iubire, dar, dacă nu o practici, nu vei reuşi să fii iubirea. Trebuie să devii o expresie a iubirii. Este nevoie să-ţi transformi modul în care priveşti viaţa, ceea ce-ţi va transforma şi comportarea.

Aceste învăţături te vor ajuta să-ţi schimbi modul în care priveşti viaţa, convingerile despre viaţă, dar tot va fi nevoie să alegi această atitudine în fiecare moment, iar atunci iubirea va curge. Când nu simţi iubire, atunci fă ceva care să te facă să o simţi şi să fii o expresie a iubirii,

o inimă deschisă. Fă această alegere. Stă în puterea ta să-ţi schimbi conştiinţa, pentru că stă în puterea ta să alegi iubirea.

De pildă, te-ai putea opri pentru un moment şi să respiri adânc de câteva ori sau să reciţi o mantră sau o afirmaţie, cum ar fi aceasta: “Totul se desfăşoară exact aşa cum trebuie”. Chiar şi simpla repetare a cuvântului “iubire” sau “pace” te poate rearmoniza cu adevărata ta natură. Făcând oricare dintre acestea, vei destrăma transa indusă de minte, care te ţine departe de natura ta înnăscută, plină de iubire.

Odată ce ai ajuns la iubire sau pace sau oricum ai numi adevărata ta natură, rămâi acolo cât mai mult timp, continuând să observi, pur şi simplu, fără să te mai laşi furat de pălăvrăgeala mentală neîncetată a ego-ului. Iar atunci când oscilezi şi te trezeşti din nou prins de vocea din cap şi nu mai rezonezi cu iubirea, atunci alege din nou iubirea. Nu contează cât de des te captivează flecăreala minţii. Pur şi simplu, alege din nou iubirea, cât poţi mai bine. Aceasta este lucrarea.

Uneori, s-ar putea să fie nevoie să analizezi cum de ai ieşit din armonia cu iubirea, ce gând egotic tocmai ai crezut din greşeală, cum de te-ai lăsat prins de viziunea ego-ului. În fiecare clipă, trebuie să fii foarte vigilent şi hotărât să observi ce se află în câmpul conştienţei. Întreabă-te “La ce dau eu atenţie acum?”. Dacă dai atenţie vocii din minte, care este vocea ego-ului, a condiţionărilor, atunci poţi aluneca uşor în identificarea cu sinele fals. Şi atunci, iată-te, din nou, rătăcit în negativitate şi egocentrism.

Când observi asta, tot ce poţi face este să o iei de la capăt, alegând din nou iubirea. Întotdeauna va exista un nou moment în care poţi alege iarăşi. Nu contează ce ai ales în trecut. Contează ceea ce alegi acum. Toate greşelile din trecut îţi sunt iertate instantaneu atunci când alegi iubirea acum.

Desigur, întotdeauna ai fost iertat de Sus. Mai trebuie doar să te ierţi şi tu, ceea ce înseamnă să renunţi la acel “tu” care a greşit. Iartă şi uită, renunţă la sinele fals – care este format din toate gândurile despre tine însuţi – şi vei reveni în aliniere cu adevăratul Sine.

Pentru a reuşi, trebuie să te angajezi să iubeşti acum, să fii iubitor în acest moment. Într-un fel, te naşti din nou în fiecare clipă. O poţi lua de la capăt oricând, alegând iubirea, acum.

Continuând, în mod programatic, să răspunzi vieţii cu iubire, adică cu bunătate, acceptare, compasiune şi recunoştinţă cât mai des posibil, vei vedea şi rezultatele. Atunci va deveni din ce în ce mai uşor să simţi iubirea şi să fii iubitor. Cu cât exersezi mai mult să fii iubitor, cu atât mai uşor devine. Aşa vei face din iubire starea ta implicită.

Poţi face câteva lucruri pentru a aduce iubirea mai aproape de tine şi s-o poţi alege mai uşor. Primul ar fi să meditezi zilnic. Al doilea ar fi să exersezi dăruirea iubirii către obiectele neînsufleţite. Uneori, să dăruieşti iubire obiectelor, în special celor frumoase, este mai uşor decât să dăruieşti iubire fiinţelor umane, deoarece majoritatea oamenilor au multe idei care îi despart şi care împiedică curgerea iubirii. Deci practica iubirii obiectelor este un prim pas să-ţi poţi iubi semenii atunci când nu-ţi prea vine să-i iubeşti.

Dăruieşte iubire cerului, copacilor, câinelui tău, culorii roşii, avionului zgomotos, albinelor care zumzăie, pământului care te ţine, mâinilor tale, care fac atât de multe pentru tine, aerului care te energizează. Dăruieşte iubire oricărui lucru care intră în câmpul atenţiei tale. Această iubire, recunoştinţă şi apreciere pentru ceea ce există este secretul unei vieţi fericite. Ţi se oferă atât de multe! Fii conştient de acest lucru, iartă şi uită, renunţă la orice nu există aici-acum şi la dorinţa ta ca lucrurile să fie altfel. Observă şi iubeşte ceea ce este.

Practica dăruirii iubirii îţi va schimba viaţa, pentru că este opusul a ceea ce face ego-ul. Ego-ul economiseşte iubirea şi găseşte motive pentru asta. Nimic nu este niciodată suficient de bun. Ego-ul observă defectele şi imperfecţiunile din lucruri şi oameni, nu perfecţiunea inerentă a tuturora.

Dăruind iubire, vei neutraliza şi opri acţiunile ego-ului şi îţi vei dezvolta capacitatea de a privi aşa cum priveşte Dumnezeu, care vede perfecţiunea inerentă a tuturor lucrurilor. Dumnezeu iubeşte totul aşa cum este, oricum se arată viaţa. Şi aceasta este misiunea ta în această viaţă, să iubeşti aşa cum iubeşte Dumnezeu, să iubeşti totul aşa cum este, oricum s-ar înfăţişa pe moment, căci se va schimba în curând. Iubeşte realitatea, iubeşte viaţa reală, iubeşte felul în care viaţa se arată acum. Poţi să îţi iubeşti şi imaginaţia şi chiar vocea din mintea ta. Numai să nu rămâi în ea. Trăieşte în realitate, în corpul şi simţurile tale, aici-şi-acum.

Aici-şi-acum este tot ceea ce ai, tot ce este real, asta-i tot ce poate avea cineva vreodată. Viaţa se arată aşa cum se arată ea acum. Accept-o sau respinge-o. Este alegerea ta. Poţi să o accepţi aşa cum se arată, spunându-i "da" şi iubind-o aşa cum este. Sau poţi să o respingi şi să fii nemulţumit. Aceasta este singura ta posibilitate de alegere, din cauză că nu poţi stabili tu ca viaţa să fie altfel. Singura opţiune pe care o ai este cum vei reacţiona la felul în care se arată lucrurile: cu iubire sau fără iubire; cu recunoştinţă sau cu nemulţumire; aşa cum ar face Dumnezeu sau cum ar face ego-ul.

Ego-ul îţi dă impresia că ar exista o altă variantă, o altă posibilitate, că viaţa ar putea sau ar trebui să fie altfel decât cum este. Dar este o minciună. Nu poate fi altfel şi nici nu ar trebui. Cine este acela care crede că viaţa poate sau ar trebui să fie altfel decât este? Ego-ul nu-i deloc umil. Se crede a fi centrul universului. Crede că viaţa poate şi ar trebui să fie altfel decât este, în conformitate cu dorinţele şi nevoile sale presupuse – şi de aici apare suferinţa.

Pentru a putea să răspunzi vieţii cu iubire, sunt necesare două lucruri: să accepţi şi să permiţi. Acceptă ceea ce este, acceptă că este aşa cum este şi permite ca totul să fie aşa cum este. Făcând aceste două lucruri, te vei putea deschide faţă de experienţa pe care o trăieşti şi să fii pe deplin prezent în momentul respectiv, în loc să te rătăceşti în realitatea virtuală a minţii. Iar dacă îţi vine greu să accepţi ceva neplăcut, atunci, pur şi simplu, acceptă că ai nişte dificultăţi cu acel lucru şi apoi acceptă că, deocamdată, lucrurile sunt aşa cum sunt. Acceptă realitatea şi lasă ca totul să fie aşa cum este. Aşa îţi vei regăsi drumul înapoi Acasă, spre iubire.

Această îngăduinţă îţi permite să te relaxezi şi să-ţi păstrezi inima deschisă, putându-te reconecta cu iubirea specifică naturii tale divine.

Dacă alegi iubirea, nu înseamnă însă că trebuie să iubeşti sau măcar să îţi placă orice a existat sau va exista vreodată de-a lungul timpului. Ar fi o sarcină prea grea. Nici măcar nu trebuie să îţi placă ceea ce trăieşti acum, ci trebuie doar să accepţi că trăieşti asta acum, pentru moment. Având această atitudine, iubirea pentru viaţă specifică naturii tale divine va putea să curgă. Este singurul lucru raţional pe care-l poţi face.

Oare cât de greu este să iubeşti felul în care se prezintă lucrurile în acest moment?! Cum străluceşte lumina, cum arată masa, cum arată

cerul, cum se simte scaunul de sub tine, cum se aude frigiderul… Oare cât de greu este să accepţi realitatea, experienţa ta reală aici-şi-acum, nu experienţa din realitatea virtuală a minţii a acelui “tu” care presupui că ai fi?! Ceea ce este greu de acceptat şi îţi provoacă suferinţă este diferenţa dintre ideile tale despre cum crezi că ar trebui sau ar putea fi viaţa ta faţă de felul în care este ea în mod real. Tocmai ideile tale despre viaţa ta te fac să suferi şi te îndepărtează de iubire.

De exemplu, dacă ai cancer, nu trebuie să iubeşti faptul că ai cancer, ci doar să iubeşti experienţa pe care o ai în acest moment. “Am cancer” este o poveste care te împiedică să trăieşti plenitudinea, frumuseţea şi sacralitatea acestui moment şi a oricărui moment, aşa cum se arată el. Iubirea este starea ta naturală. Dacă n-ai avea acele idei despre cum ar putea sau ar trebui să fie viaţa, mai ales viaţa ta, te-ai putea cufunda cu uşurinţă în iubirea pe care natura ta divină o are pentru viaţă-aşa-cum-este. Starea ta naturală este plină de iubire. În mod natural, eşti îndrăgostit de viaţă aşa cum se arată ea aici-şi-acum. Viaţa este o minune, un miracol, un mister şi un mare dar.

Alegeţi să iubiţi ceea ce aveţi în faţă aici-şi-acum, căci alternativa nu vă va oferi niciun beneficiu şi nu serveşte niciunui scop. Dacă, opunându-vă vieţii, aţi fi putut obţine ceea ce vă doriţi, aţi fi avut cu toţii tot ce v-aţi dorit vreodată. Dar opunându-vă vieţii, nu ajungeţi nicăieri şi vă secătuieşte bucuria şi iubirea înnăscută. Este zadarnic să vreţi ca viaţa să fie altfel decât cum este ea acum. Este eficient să iubiţi viaţa exact aşa cum este acum. Când veţi înţelege cu adevărat şi clar acest lucru, veţi fi liberi, adică liberi să iubiţi şi să trăiţi în iubire. Acesta este destinul vostru, scopul tuturor încarnărilor voastre umane.

Vă rog să faceţi tot ce puteţi pentru a alege iubirea în fiecare moment. Învăţăturile mele s-au referit întotdeauna la iubire, pentru că iubirea este natura, esenţa acestei Conştiinţe unice, a Unimii. Iar eu şi alţii ca mine vă trimitem iubire în fiecare moment. Iubirea animă universul, ceea ce este o veste foarte bună.

Vă rog, acceptaţi să primiţi această iubire şi să o simţiţi şi să fiţi iubirea în lume. Vă mulţumesc pentru dedicarea voastră faţă de adevăr. Eu sunt cu voi mereu.»

Capitolul 14

Ce înseamnă să fii sincer şi cinstit

«A fi sincer înseamnă să fii fidel adevărului, să fii plin de adevăr. Problema este că, în această lume, în care vă simţiţi a fi atât ego, sinele fals, cât şi divin, aveţi de-a face cu două versiuni ale adevărului: adevărul ego-ului şi Adevărul, cu majusculă. Când spun adevăr, nu mă refer doar la fapte concrete, cum ar fi faptul că Soarele se află la 150 de milioane de kilometri de Pământ, ci şi la adevărul despre viaţă, despre realitate. Aici apar două versiuni ale adevărului. Din cauză că ego-ul priveşte viaţa printr-o lentilă care distorsionează, el nu poate vedea Adevărul despre viaţă. El vede doar adevărul său, perspectiva sa îngustă, distorsionată şi, prin urmare, falsă.

De exemplu, ego-ul îi vede pe ceilalţi ca fiind separaţi şi diferiţi de el însuşi. Ei bine, adevărul este că toată lumea este o expresie a Unicului, deşi cu aparenţe diferite. Ego-ul vede viaţa ca fiind crudă, dar adevărul este că viaţa este binevoitoare. Ego-ul vede situaţia ca eu-împotriva-lumii, în timp ce adevărul este că forţele călăuzitoare vă oferă ajutor şi sprijin în fiecare moment al vieţii. Ego-ul vede ceva ca fiind murdar, stricat sau vechi, în timp ce adevărul este că totul este chiar aşa: perfect în imperfecţiunea sa, perfect în eroare şi eşec, exact aşa cum trebuie să fie.

Aceste două puncte de vedere au ca rezultat experienţe interioare foarte diferite. Când vezi Adevărul, cu majusculă, ai parte de pace şi mulţumire, dar când priveşti prin ochii ego-ului, ai parte de nemulţumire, indispoziţie şi nefericire.

Adevărul ego-ului nu este deloc Adevărul, iar dovada este că, privind prin ochii ego-ului, te simţi cumplit de cele mai multe ori, în timp ce privind prin ochii Adevărului, cu majusculă, te simţi bine. Te simţi pe pace, liniştit, împăcat cu viaţa, te cufunzi în mister, iar misterul este atât de bun.

Un indicator excelent pentru a măsura dacă eşti aliniat cu Adevărul sau nu este felul în care se simte corpul tău. Eşti relaxat sau eşti încordat? Atât este de simplu. Tensiunea semnalează identificarea cu ego-ul, în timp ce relaxarea este un semn că eşti aliniat cu Sinele tău divin.

Şi este destul de simplu să îţi schimbi starea, făcând ceva pentru a trece de la încordare la relaxare. Orişice ar putea realiza acest truc magic: opreşte-te din ce faci şi doar-fii pentru câteva momente, respiră lent şi profund, zâmbeşte, recită o mantra sau o frază înălţătoare, roagă-te pentru ajutor, fii atent la sunetele din mediul înconjurător sau la senzaţiile din trup, pune-ţi nişte muzică, mută-ţi atenţia spre ceva frumos din jur, trimite iubire cuiva sau către ceva sau doar gândeşte-te la cineva pe care îl iubeşti, dansează sau cântă o melodie preferată. Atât de multe lucruri îţi pot schimba starea de conştiinţă şi unele ţi se potrivesc mai bine decât altele. Aşa că experimentează şi descoperă ce tehnici de schimbare a conştiinţei, care te fac să te relaxezi, funcţionează cel mai bine pentru tine şi apoi încorporează-le în viaţa ta de zi cu zi.

Oare cât de greu este să te relaxezi?! Este foarte uşor. Dacă te vei opri suficient de des în timpul zilei pentru a te relaxa un moment, aşa vei învăţa să te relaxezi rapid. Însă dacă rămâi stresat pentru perioade îndelungate, va dura mult mai mult timp până vei reuşi să te relaxezi. Relaxarea este o abilitate care se dezvoltă prin practică şi ţi-ar fi de ajutor să o exersezi cu regularitate pe tot parcursul zilei.

Totuşi, nu prea vei găsi încurajare în lumea ego-urilor să o faci. Aşa că, integrând relaxarea în viaţa de zi cu zi, vei fi singur împotriva mulţimii. Dar este important să te opreşti periodic şi să te controlezi şi să te relaxezi, dacă ai nevoie. Dacă toată lumea ar practica mai mult relaxarea şi ar putea să o realizeze mai uşor, aceasta ar fi o lume mult mai bună. Relaxarea ar putea fi uşor de învăţat de către copii şi i-ar ajuta să dobândească un anumit control asupra emoţiilor, aşa cum se întâmplă şi în cazul adulţilor.

Dacă vei practica relaxarea pe parcursul zilei, te vei alinia tot mai mult cu Sinele divin. Te va ajuta să priveşti viaţa prin ochii Sinelui tău divin, ceea ce schimbă totul. Îţi schimbă comportamentul, care, la rândul său, schimbă modul în care se comportă ceilalţi faţă de tine. Atunci când atmosfera ta interioară trece de la încordare la relaxare, de la negativ la pozitiv, la fel se schimbă şi viaţa ta. Când începi să trăieşti în Adevăr, cu majusculă, vei fi fericit şi în armonie cu fluxul vieţii, în sfârşit. Vei face mai multe lucruri şi într-un mod mai eficient şi vei petrece mai puţin timp cuprins de emoţii negative, care te storc de energie şi îţi consumă timpul.

Ce vreau să spun mai exact prin a trăi în Adevăr, cu majusculă? Mă refer la faptul de a nu crede în comentariile şi evaluările continue ale vocii din capul tău. Prin vocea din minte, ego-ul poate să te controleze. Această voce este perspectiva ego-ului, nu este a ta, nu este cea a Sinelui tău adevărat. Perspectiva ego-ului nu se mai poate susţine dacă nu mai crezi în gândurile care îţi trec prin minte. Toate mijloacele pe care tocmai le-am menţionat pentru a trece de la tensiune la relaxare realizează unul şi acelaşi lucru: te scot din cap şi te aduc în corp şi în Inima ta spirituală. Atunci când încetezi să te identifici cu vocea din cap, devii liber să vezi viaţa prin ochii Sinelui divin, ai adevăratului tău Sine. Iar prin ochii lui, viaţa este bună şi eşti fericit.

Atunci când eşti sincer – plin de adevăr – priveşti viaţa prin ochii Sinelui tău înţelept, care vede imaginea de ansamblu, întregul adevăr. De exemplu, vocea din cap ar putea spune “Asta nu ar fi trebuit să se întâmple”, deşi, în realitate, având în vedere tot ceea ce a precedat acel eveniment sau oricare altul, trebuia să se întâmple. Asta nu înseamnă că viaţa este predestinată, ci înseamnă că nu dorinţele tale determină ceea ce ar trebui sau nu ar trebui să se întâmple ori se va întâmpla sau nu. Lucrurile se întâmplă în felul lor, pentru că tot ceea ce a fost înainte, mergând înapoi de-a lungul istoriei, a condus la acea întâmplare. Aşa “au căzut cărţile”, iar înşiruirea tuturor cărţilor a dus la acel rezultat. Acesta este adevărul. Iar dorinţa, opinia sau credinţa ta nu au puterea de a schimba asta.

Uneori eşti cel mai aproape de adevăr atunci când spui “Nu ştiu”. Din perspectiva sinelui tău uman, chiar că nu ştii prea multe. Ego-ul nu ştie foarte multe, dar asta nu-l opreşte să pretindă că ştie, chiar dacă o mare parte din ceea ce ştie sau crede că ar fi adevărat este doar o opinie, o bănuială sau o presupunere.

De exemplu, ego-ul pretinde adesea că ştie ce este în sufletul cuiva sau ce gândeşte altcineva şi apoi declară această părere ca pe un fapt: “Ea face asta pentru a atrage atenţia” sau “El nu o respectă”. În acest fel, ego-ul se face superior celorlalţi. Majoritatea lucrurilor pe care ego-ul pretinde că le ştie îi servesc ca să se simtă superior sau să i se dea dreptate. Aceste aşa-zise “adevăruri” ale vocii din cap nu exprimă adevărul.

Iată un alt exemplu. Atunci când spui “Rochia aceea îi stă groaznic pe corp”, acesta nu este Adevărul, cu majusculă, ci adevărul ego-ului. Ţi-ai putea justifica afirmaţia spunând “Sunt doar sincer”, dar asta nu este sinceritate. Sinceritatea implică integritate, Adevăr, cu majusculă. O afirmaţie de acest gen este, mai degrabă, doar opinia ego-ului, formată ca rezultat al condiţionărilor, iar această opinie nu are nicio valoare. Înseamnă că judeci şi că eşti maliţios, or nu asta înseamnă să fii sincer, plin de adevăr.

Sinceritatea nu înseamnă să exprimi adevărul ego-ului, ci să spui Adevărul, cu majusculă. Aşa cum spuneam, îţi poţi da seama când spui adevărul şi când nu, după cum te simţi. Când spui adevărul, Adevărul Sinelui tău Divin, te simţi bine şi toată lumea se relaxează. Iar când nu îl spui, nu te simţi bine şi nimeni nu se relaxează.

Dorinţele sunt un alt exemplu de adevăr al ego-ului şi nici ele nu sunt adevărate. Poate fi adevărat că ego-ul tău vrea să se întâmple un anumit lucru, dar asta nu înseamnă nimic în marea schemă a lucrurilor, dacă sufletul tău nu vrea şi el acel rezultat. Adevărul, cu majusculă, este ceea ce vrea sufletul, nu ceea ce vrea ego-ul. Şi singurul mod în care afli ce vrea sufletul este prin observarea a ceea ce se petrece. Ceea ce se petrece este fie ceea ce vrea Dumnezeu, fie ceea ce Dumnezeu permite să se întâmple, iar dorinţele tale au adesea prea puţin amestec în asta.

Deci, am putea spune că adevărul este ceea ce se întâmplă aici-şi-acum şi ce s-a întâmplat de fapt. Cine poate şti ce se va mai întâmpla?! Asta nu poate şti nimeni. Este irelevant pentru Adevăr ce îşi doresc oamenii sau ce le place sau nu le place despre ce se întâmplă sau ce s-a întâmplat.

Adevărul este realitatea, ceea ce este real, nu ceea ce este în mintea cuiva. Dorinţele nu sunt reale. Opiniile nu sunt reale. Presupunerile nu sunt reale. Toate acestea sunt poveşti pe care le spune mintea, sunt parte a iluziilor ţesute de minte, care te împiedică să trăieşti simplitatea vieţii reale, adică ceea ce se întâmplă de fapt aici-şi-acum.

Pe lângă experienţa simţurilor, ceea ce este real şi se mai întâmplă aici-şi-acum este experienţa iubirii, păcii, acceptării, compasiunii şi înţelepciunii adevăratei tale naturi. Acestea sunt mereu prezente şi mereu disponibile în aici-şi-acum. Deşi, ca şi gândurile, nu sunt tangibile, totuşi, iubirea, pacea, acceptarea, compasiunea şi înţelepciunea

există într-un tărâm care este chiar mai real decât tărâmul fizic. Ele există în tărâmul care stă la baza şi dă naştere tărâmului fizic. Iubirea, pacea, acceptarea, compasiunea şi înţelepciunea sunt manifestarea şi modul cum se simte Dumnezeu, când Dumnezeu intră în contact cu lumea formelor. Dumnezeu există şi în cadrul formelor şi aşa se simte existenţa lui Dumnezeu: ca iubire, ca pace, ca acceptare, ca compasiune, ca înţelepciune. Când le simţi şi le manifeşti, atunci eşti în Adevăr, eşti plin de adevăr. Atunci, tot ceea ce îţi iese pe gură va fi adevărat. Dar de îndată ce te identifici din nou cu vocea din capul tău şi crezi că ai fi acel sine, sinele fals, atunci nu mai eşti în Adevăr şi vei exprima neadevăruri. Vei exprima adevărul ego-ului.

Te poţi realinia cu Adevărul oricând, pur şi simplu, observând că eşti prins în iluzie, prins în lumea iluzorie a ego-ului, formată din dorinţe, opinii, presupuneri şi imaginaţii, apoi oprindu-te din ceea ce faci, respirând lent şi profund şi amintindu-ţi de iubire şi de pace.

Te poţi folosi de minte pentru a-ţi aminti sentimentul de iubire şi pace. Îţi poţi aminti un moment în care ai simţit iubirea şi pacea, când erai în armonie cu Adevărul, ceea ce te va ajuta să te întorci la acea stare. Aceasta ar fi o bună utilizare a minţii şi a imaginaţiei. Pune-ţi în intenţie de a trăi iubirea şi pacea şi imaginează-ţi pentru o clipă că te întorci la ele. Adu-ţi aminte de un moment în care erai fericit şi te lăsai purtat de val, iar asta te va ajuta să-ţi găseşti drumul înapoi la Adevăr. Iubeşte Adevărul, fii plin de Adevăr!

Vă mulţumesc că aţi fost aici, cu mine. Eu sunt cu voi mereu.»

Capitolul 15

O practică pentru a rămâne în prezent

«Astăzi vreau să vă vorbesc despre ce înseamnă simplitatea şi să vă ofer o practică care vă va ajuta să fiţi mai prezenţi şi să vă bucuraţi mai mult de viaţă.

În general, ego-ul nu aspiră către simplitate, deoarece implică o micşorare – mai puţină stimulare, mai puţine obiecte, mai puţină activitate – mai puţin din ceea ce îi place ego-ului. "Simplu" pare a fi o pierdere sau o lipsă a ceva, iar ego-ul este programat să vrea mai mult, să se repeadă la mai mult.

Acesta este punctul de vedere al ego-ului, dar ego-ul nu vede limpede. Nu vede imaginea de ansamblu şi nu cunoaşte plăcerile şi bucuriile puţinului, bucuria simplităţii. Aşadar, asta vreau să subliniez astăzi, că bucuria constă adesea în mai puţin, în special, mai puţină stimulare mentală şi mai puţină activitate, nicidecum mai multă gândire şi activitate, aşa cum presupune ego-ul. Asta înţeleg prin simplu şi simplitate.

Deoarece bucuria este inerentă în viaţă, în fiecare clipă, bucuria există chiar şi în cele mai banale momente, când nu se întâmplă mare lucru. Aş susţine, şi chiar susţin, că bucuria este mai prezentă, sau cel puţin mai disponibilă, în momentele banale decât atunci când se petrec multe.

Bucuria este trăirea şi expresia adevăratei tale naturi, motiv pentru care este întotdeauna disponibilă. Cine eşti – adevărata ta natură – se află întotdeauna aici (cum ar putea să nu fie?!). Aşadar, bucuria, iubirea, pacea, acceptarea, compasiunea şi înţelepciunea trebuie să existe întotdeauna aici, sau cel puţin, să fie oricând disponibile. Şi este adevărat.

Ele fac parte integrantă din darul vieţii. Viaţa vine la pachet cu aceste daruri. Viaţa este inseparabilă de experienţa bucuriei, iubirii şi păcii adevăratei tale naturi. Totuşi, aceste experienţe subtile lăuntrice sunt adesea acoperite sau întunecate de iluziile ţesute de vocea din capul tău şi de prea multele activităţi impulsionate de ego.

Este ca şi cum ai trăi în două lumi: lumea înfăţişată de vocea din cap, care este vocea ego-ului şi a condiţionărilor, şi realitatea – cum este viaţa cu adevărat. Lumea descrisă de vocea din mintea ta pare a fi complicată, înfricoşătoare, tensionată şi problematică şi, prin urmare, este plină de dramatism şi emoţii negative. Realitatea, pe de altă parte, este simplă. Nu este înspăimântătoare, nu este tensionată, nu este problematică şi este lipsită de dramatism.

Ce face ca realitatea să fie simplă este faptul că nu este complicată prin gânduri şi emoţii negative. Spre deosebire de realitatea virtuală a minţii, realitatea este, în primul rând, o experienţă senzorială, ca şi o cunoaştere mai profundă a ce anume trebuie să faci sau să spui şi când anume să acţionezi sau să vorbeşti. Realitatea este, de asemenea, locul în care poţi simţi adevăratul Sine şi darurile pe care acesta le are de oferit, care nu sunt disponibile prin intermediul minţii.

Nu poţi ajunge prin gândire la realitate şi la darurile sale – iubirea, pacea şi bucuria. Şi, în mod paradoxal, nu poţi accesa nici înţelepciunea, care vine prin intuiţie. Poţi ajunge la realitate şi la aceste daruri doar renunţând la minte şi la lumea ei de închipuiri, credinţe, opinii, vise, dorinţe, temeri. Excepţie face faptul că poţi simţi bucuria, pacea sau iubirea gândindu-te la o persoană iubită sau la un moment în care ai simţit bucurie, pace şi iubire. Cu toate acestea, majoritatea gândurilor tale nu se referă la iubire, ci la experienţe şi sentimente negative, şi tocmai asta-i problema.

Dacă eşti dispus să fii simplu, poţi trăi realitatea şi darurile ei, inclusiv înţelepciunea. Voinţa este cheia, pentru că, de multe ori, doar ea se opune: Cei mai mulţi oameni nu vor să se oprească din a gândi şi a face şi doar-să-fie suficient de mult timp pentru a simţi bucuria, iubirea şi pacea de doar-a-fi.

Fiind simplu, este adevărat că pierzi ceva: Ceea ce pierzi este sinele tău fals şi, împreună cu el, temerile, problemele şi dorinţele care te fac să suferi. Pierzând sinele fals, câştigi mult mai mult! Dar dacă nu vei petrece ceva timp doar-fiind, nu vei realiza cât de mult poţi câştiga din doar-a-fi.

Pentru a culege roadele stării de doar-a-fi, de obicei, trebuie să încetezi orice acţiune şi implicare în gânduri pentru ceva mai mult de câteva minute. Problema este că majoritatea oamenilor nu sunt capabili să se desprindă de minţile lor nici măcar câteva minute. Cei mai mulţi

oameni au “exersat” contrariul toată viaţa, adică s-au lăsat captivaţi de gândurile lor şi nu au învăţat cum să se detaşeze de ele şi să rămână aşa pentru perioade îndelungate. Desigur, tocmai acest lucru vă învaţă meditaţia.

Vă voi împărtăşi o practică care vă va ajuta să trăiţi bucuria simplă a Sinelui adevărat. Este, în esenţă, o practică pentru a deveni mai prezent şi pentru a experimenta Prezenţa. Îţi va lua aproximativ zece minute să o faci, de unul singur, ca să-i culegi beneficiile. Este ceva ce poţi face oriunde şi oricând. Iată instrucţiunile, aşa că, haide să o facem acum împreună.

Cu ochii deschişi, alege un obiect asupra căruia să te concentrezi. Ar putea fi un copac sau orice lucru din natură sau ceva făcut de mâna omului pe care îl consideri frumos sau atractiv dintr-un motiv sau altul, poate doar datorită culorii sale.

Este important ca tu să îl alegi; tu decizi să îi acorzi atenţie. Să alegi să dai atenţie la ceva este un act de iubire. Poţi simţi asta? Poţi simţi că această alegere provine din atracţia şi dragostea faţă de acel obiect? Păstrează puţin acest sentiment subtil de iubire. (pauză) Observă cum anume este acest sentiment de iubire şi unde îl simţi în corp. (pauză)

Ce sau cine anume este atras şi iubeşte ceva? Este Sinele tău divin. El iubeşte totul. Şi, oricând, poţi deveni conştient pe ce anume se concentrează el în acel moment – ce iubeşte în acel moment. Acest lucru se întâmplă permanent: Sinele tău divin se focalizează şi iubeşte câte ceva. Dar, de obicei, această experienţă subtilă este înăbuşită sau nu este observată, din cauză că dai atenţie vreunui gând, ceva din domeniul mental.

Este în regulă să-ţi oferi atenţia şi iubirea gândurilor tale. Tu (ego-ul tău) eşti liber să o faci. Dar dând atenţie şi iubire exclusiv gândurilor, laşi pe dinafară atât de multe lucruri, în special experienţa reală din aici-şi-acum, şi toată bucuria, iubirea şi pacea pe care aceasta ţi le poate oferi. Scopul practicii pe care ţi-o prezint astăzi este de a te ajuta să trăieşti în viaţa reală într-un mod care îţi aduce mai multă bucurie, iubire şi pace.

Să revenim la practică... Din nou, adu-ţi atenţia asupra obiectului pe care l-ai ales şi simte fluxul subtil de iubire care curge spre el. Observă plăcerea pe care o are fiinţa ta când eşti atent la acel obiect şi la acel flux

de iubire. Acest flux de iubire îţi face plăcere. Cei mai mulţi oameni simt această plăcere în centrul pieptului, în Inima spirituală.

Acum întreabă-te: “Cine sau ce este acest ‘tu’ care a făcut această alegere? Cum a hotărât el să aleagă acel obiect? Cine sau ce a făcut asta?”. (pauză) Aici este un mare mister. Acest decident misterios este cel ce eşti tu cu adevărat. Făptuieşte şi decide fără să premediteze acea acţiune sau alegere.

Acum, ca un experiment, lasă-ţi atenţia să oscileze liber. Nu o forţa şi nu încerca să o fixezi undeva. Las-o să se mişte aşa cum vrea şi observă ce se petrece. S-ar putea să se aşeze pe ceva din câmpul tău vizual, sau s-ar putea să se focalizeze pe un sunet sau o senzaţie. Observă cât de repede atenţia, sau Conştiinţa, se fixează pe un lucru după altul. Se mişcă atât de repede, încât poate fi dificil să ţii evidenţa a tot ceea ce captează. Observă acest lucru pentru câteva momente. (pauză)

Această mişcare naturală şi plăcută a atenţiei de la un lucru la altul – atingând uşor un lucru după altul – este ceea ce face mereu adevăratul tău Sine, fiinţa ta, atunci când eşti în repaus şi chiar atunci când nu eşti. Dar când eşti în repaus, este foarte uşor să observi că se întâmplă acest lucru. Ca un fel de meditaţie, poţi urmări cum atenţia trece de la un sunet la o senzaţie, la o vedere, la un gând, la o intuiţie, la un alt sunet şi aşa mai departe. Pur şi simplu, observi tot ceea ce conştientizezi, dar nu te stabilizezi pe nimic.

S-ar putea ca tu (sau ego-ul tău) să spui: “Ce mare lucru?”. Şi ego-ul ar avea dreptate că nu este mare lucru, pentru el, deoarece nu există nimic util aici pentru ego şi, cu siguranţă, nu te va încuraja să-ţi petreci timpul observând mişcarea subtilă a Conştiinţei – ceea ce, în esenţă, se face în majoritatea tipurilor de meditaţie.

Dar este un foarte mare lucru pentru a înţelege natura mai profundă a vieţii şi cine eşti cu adevărat. Iar majoritatea dintre voi, sunt sigur, sunteţi interesaţi de acest lucru. Abilitatea de a observa viaţa cu această Conştienţă mai profundă, decât prin prisma ego-ului, este cheia către bucurie, pace, iubire şi înţelepciune. Această experienţă simplă de a privi şi de a simţi ceea ce captează Conştiinţa, cu majusculă, în orice moment, te obişnuieşte cu experienţa Sinelui divin şi există o mare bucurie în această experienţă, deşi subtilă. Ea este, de asemenea, poarta către acele intuiţii şi înţelepciunea care te va ajuta să-ţi dirijezi viaţa.

Să devii conştient de ceea ce primeşte Conştiinţa este un nou mod de a trăi. Fiinţa ta a făcut asta tot timpul, dar, de obicei, fără ca tu să conştientizezi în destulă măsură, încât să te influenţeze. Dacă te antrenezi să trăieşti în acest mod, va deveni, în cele din urmă, modul tău de a fi mereu. Vei descoperi că nu ai avut niciodată nevoie de toate gândurile care-ţi trec prin minte. Ele n-au făcut decât să-ţi complice viaţa în mod inutil, nu să o îmbunătăţească în vreun fel.

Începeţi să trăiţi în acest nou mod. Aşa vor trăi fiinţele umane în viitor. Este direcţia spre care se îndreaptă omenirea în evoluţia sa. Voi puteţi fi precursorii, cei care îi ajută pe toţi ceilalţi să evolueze în această direcţie.

Vă mulţumesc că aţi fost aici, cu mine. Eu sunt cu voi mereu.»

Capitolul 16

Cum să comunicaţi de la suflet la suflet

«Mulţi oameni suferă din cauza sentimentului de lipsă de comunicare. Se simt deconectaţi de viaţă, deconectaţi de ei înşişi şi deconectaţi de Dumnezeu. Această boală se numeşte ego. Ego-ul se simte separat şi singur, vulnerabil şi depinzând de capriciile vieţii. Nu acesta este adevărul, iar această minciună stă la baza suferinţei umanităţii.

Oamenii comunică unii cu alţii în diverse moduri, prin internet, prin mesaje şi apeluri telefonice, la petreceri şi evenimente sociale, la serviciu şi acasă. Majoritatea oamenilor au nenumărate astfel de legături şi, cu toate acestea, mulţi încă se simt singuri şi rupţi de ceilalţi. Oamenii nu tânjesc doar după o legătură fizică sau mentală. De multe ori, nu este suficient să fii înconjurat de alţi oameni pentru a simţi o legătură, ba chiar poate avea ca urmare un sentiment şi mai acut de însingurare şi separare. Oamenii năzuiesc spre o legătură mai profundă şi despre ea vreau să vă vorbesc astăzi.

Ce înseamnă pentru voi să aveţi o legătură la modul serios? Pentru multe persoane, în special pentru femei, înseamnă să-şi împărtăşească emoţiile cu cineva, în special sentimentele negative şi durerea. Asta trece drept intimitate şi, adesea, creează o legătură mai profundă decât conversaţiile banale, mai puţin personale. Dar prin ce anume se leagă oamenii atunci când îşi împărtăşesc nefericirea, temerile, plângerile şi durerea? Există un cuvânt adecvat: compătimire. Ei se leagă prin pătimirile lor. Uneori, compătimirea aduce alinare, dar cel mai adesea, nu aduce. Împărtăşirea suferinţei tale altcuiva, compătimirea, nu este atât de utilă pe cât presupun mulţi. Se întâmplă adesea, aşa cum sugerează cuvântul com-pătimire, că cei doi cad în aceeaşi stare negativă, fie că unul îl atrage pe celălalt în starea sa negativă, fie că doi oameni care se află în acea stare se găsesc unul pe celălalt. Ei nu se ajută neapărat reciproc să iasă din acea stare, lucru care le-ar aduce vindecare şi adevărata alinare.

Aceste interacţiuni umane, adesea, par şi se doresc a fi un sprijin de consolare sau compasiune, dar, de cele mai multe ori, ele sfârşesc prin a întări negativitatea fiecăruia dintre cei doi. Ce folos poate avea asta?!

Compătimirea este varianta de compasiune a ego-ului, dar, prin ea, ego-ul este mai interesat să îşi confirme perspectiva sa negativă asupra vieţii, decât să-i fie de ajutor celuilalt.

Nu e de mirare că astfel de interacţiuni umane, până la urmă, nu satisfac pe nimeni, deşi există un aspect plăcut în ele, pentru că ego-ul iubeşte dramele şi adoră să i se valideze punctul de vedere. Foarte multe dintre discuţiile plăcute ego-ului sunt poveşti despre durere şi drame. Nu-i de mirare că asta prezintă majoritatea filmelor şi emisiunilor de televiziune. Astfel de programe nu prea au nicio valoare şi nu fac decât să întărească modul ego-ului de a privi viaţa. "Nu-i aşa că e cumplit?!", îi place ego-ului să tragă concluzia. Rareori auziţi că oamenii s-au adunat ca să declare cât de minunată este viaţa şi, cu siguranţă, această atitudine nu se potriveşte cu filmele sau televiziunea.

Dar cunoaşteţi deja acest aspect. Ceea ce poate că nu vă este clar este ce anume i-ar putea lua locul.

Cum să comunicaţi cu oamenii de la suflet la suflet şi nu de la ego la ego? În primul rând, această comunicare nici măcar nu trebuie să fie de la suflet la suflet. Poate fi de la ego la suflet şi tot va fi mulţumitoare. Atâta timp cât cineva este conectat în interiorul său la Adevăr, la Prezenţă, atunci se întâmplă ceva magic. Chiar şi o conversaţie egotică poate deveni iluminatoare, pentru că nu va rămâne la nivelul ego-ului (dacă cel care trăieşte în prezent nu se lasă atras de ego-ul celeilalte persoane). Deci asta-i o veste bună.

Sunteţi meniţi să vă ajutaţi unii pe alţii în acest fel. Adevăratul ajutor şi sfaturile înţelepte despre cum să vă trăiţi viaţa nu vin de la ego-urile oamenilor, deşi s-ar putea să vă dea sfaturi bune despre bursă sau cum să faceţi un lucru sau altul. Cele mai valoroase conversaţii sunt cele care vă conduc într-o stare plină de iubire, înţelepciune şi pace. Doar acestea şi nimic altceva nu vă poate oferi senzaţia de comunicare adevărată şi satisfăcătoare.

Deci, cum să ajungi acolo? Cum să ai o conversaţie şi o legătură profundă şi satisfăcătoare cu cineva? Răspunsul ar putea să te surprindă. Poate crezi că ai avea nevoie de un har sau talent special, dar este mai uşor decât crezi. Secretul este să fii tăcut şi să asculţi cu atenţie ce spune cealaltă persoană, doar să asculţi. Lasă-ţi deoparte propria persoană şi fii prezent cu celălalt, fără să-ţi asculţi gândurile şi opiniile tale. Cheia este

să asculţi acea persoană, nu gândurile care îţi trec prin minte. Fii alături de acea persoană din Linişte, din Prezenţă. Era şi logic că aceasta ar fi soluţia, deoarece a sta liniştit şi a asculta reprezintă opusul a ceea ce face ego-ul în general, opusul setării tale implicite, a programării tale. Ţi s-a prestabilit să dai glas vocii din capul tău, care este, de obicei, vocea ego-ului. Să faci invers decât ar face ego-ul tău este o tactică bună şi, cu certitudine, îţi va aduce rezultate mai bune decât dacă ţi-ai urma setarea prestabilită.

Pentru a nu-ţi urma programarea este adesea necesar să aştepţi o clipă, să nu spui şi să nu faci nimic, deoarece tendinţa ego-ului este de a vorbi sau de a acţiona imediat. De obicei, ego-ul se grăbeşte să ofere o opinie, să dea un sfat, să vorbească despre el însuşi sau, pur şi simplu, să pălăvrăgească despre nimic, în loc să trăiască liniştea. Când asculţi şi aştepţi, faci altceva decât să dai glas ego-ului. Aşadar, primul pas pentru a aprofunda relaţia cu ceilalţi este foarte uşor: taci, ascultă şi aşteaptă.

Aştepţi să ia cuvântul acel ceva mai profund din interiorul tău care ar vrea să rostească ceva, Sinele tău adevărat, care nu vorbeşte la fel de mult sau de des precum ego-ul. Sinele tău adevărat sau Eul divin nu se exprimă prin opinii, deşi ar putea oferi şi informaţii utile sau ar putea împărtăşi o poveste personală care ilustrează ceva folositor. Dar, spre deosebire de ego, povestirea Sinelui divin vine în beneficiul celeilalte persoane, nu are scopul de a vorbi despre sine. Aceasta este o mare diferenţă.

Această împărtăşire mai profundă nu este dirijată de nevoia ego-ului de a i se da atenţie sau de a avea dreptate. Este curată, clară şi lipsită de ego şi de motive egoiste. Când vorbeşti din această cunoaştere mai profundă, te simţi bine, centrat şi liniştit, în timp ce, când vorbeşti din ego, te simţi tensionat şi agitat. Când vorbeşti din ego, te simţi crispat, chiar dacă încerci să te simţi bine în pielea ta. Ego-ul încearcă mereu să se simtă bine în pielea sa, dar o face într-un mod greşit. Într-o conversaţie, cu cât încerci să te promovezi mai mult, cu atât te simţi mai contractat, în timp ce, cu cât te implici mai puţin în propria persoană, cu atât te simţi mai împlinit şi mai conectat cu celălalt.

Atunci când dai glas adevăratului tău Sine, cuvintele îţi ies pe gură fără să te fi gândit la ele în prealabil. Nici măcar nu ştii ce vei spune în continuare, dar ştii că ceva te îndeamnă să vorbeşti şi ai încredere. Când

ai terminat de vorbit, te simţi bine şi la fel, şi cealaltă persoană. Aşa îţi dai seama că eşti în conexiune cu Adevărul. Când eşti conectat la Adevăr şi vorbeşti adevărul, eşti în legătură cu Sursa, cu Dumnezeu. Iar când îi conectezi pe ceilalţi la Adevăr, şi ei se simt în legătură cu Dumnezeu. De aici vine adevăratul sentiment de comuniune, din faptul că ambele persoane sunt conectate la adevărata lor natură. Comuniunea vine din acest sentiment de unitate cu celălalt, din recunoaşterea faptului că esenţa voastră este aceeaşi.

Ce vreau să spun prin a fi conectat la Adevăr? Vreau să spun doar că eşti racordat la momentul prezent, eşti aici-şi-acum şi observi cum eşti împins să vorbeşti şi să acţionezi în acea clipă de altceva decât de gândurile tale. Asta-i tot. Eşti în acord cu momentul, în armonie cu viaţa şi cu rolul pe care viaţa vrea să îl joci.

Acesta este un mod diferit de a fi. Acum viaţa îţi trage sforile, nu ego-ul. De fapt, viaţa ţi-a tras mereu sforile, viaţa a aranjat mereu evenimentele şi, în mod specific, viaţa ta, într-o anumită direcţie. Iar tu, fie te vei îndrepta în acea direcţie, fie nu. Este alegerea ta. S-ar putea să nu fii conştient când alegi, dar ai posibilitatea fie de a te deschide Vieţii, de a asculta ce vrea de la tine şi de a juca acel rol, fie de a asculta vocea din cap, vocea ego-ului şi a condiţionărilor tale, şi de a juca acel rol. În ambele cazuri, Viaţa nu se supără, dar una dintre căi va fi mult mai plăcută şi mai benefică pentru toată lumea. Asta urmăresc când îţi sugerez să te aliniezi cu Adevărul.

Poţi simţi lăuntric mişcarea Vieţii, voinţa ei, numai dacă îi dai ocazia să fie observată. Este uşor să ştii ce ar face şi ce ar spune ego-ul. Îţi spune vocea din cap, tare şi clar. Dar este mai puţin evident cum vrea să acţionezi şi să vorbeşti sufletul sau Sinele tău divin şi nu-ţi vei da seama, dacă nu te armonizezi cu El şi nu încerci să recunoşti ce anume vrea.

De aceea este atât de important să taci, să asculţi şi să aştepţi. Dacă nu faci asta, atunci înţelepciunea, iubirea, compasiunea şi bucuria Sinelui tău adevărat nu vor avea ocazia de a se exprima prin tine. Şi tocmai exprimarea acestora te poate apropia de ceilalţi semnificativ.

Atâta timp cât eşti legat de ego, nu te vei conecta niciodată cu ceilalţi cu adevărat. Doar dacă eşti conectat la sufletul tău, la Adevăr, la esenţă sau la Prezenţă, atunci poţi comunica cu ceilalţi într-un mod profund. Aşa începe comuniunea, prin legătura ta cu Dumnezeu.

Dacă te simţi conectat la Dumnezeu, branşat la adevărul clipei şi, prin urmare, acţionând ca un instrument al lui Dumnezeu, atunci acţiunea şi discursul tău îi va determina şi pe ceilalţi să se alinieze cu Dumnezeu. Ei se vor bucura să-ţi stea în preajmă, fiindcă tu scoţi la iveală ce e mai bun din ei, arătându-le ca într-o oglindă bunătatea lor inerentă. Oferind ceva cu adevărat valoros oamenilor, cum ar fi compasiunea, pacea, iubirea sau înţelepciunea, vei comunica mai profund cu ei decât atunci când încerci să obţii ceva de la ei.

Iar condiţia ca asta să se întâmple este să fii împlinit şi mulţumit în sinea ta, când nu ai nevoie de nimic de la ei. Acest lucru este posibil numai dacă eşti conectat în sine la Sursa întregii fericiri şi păci.

Motivul pentru care există atâta lipsă de comuniune în lume este că oamenii interacţionează doar pentru a obţine ceva pentru ei înşişi. Asta nu va conduce niciodată la o adevărată comuniune. Dar, desigur, până când oamenii nu se vor conecta la divinul dinlăuntru, vor căuta în afara lor conexiuni de acel tip.

“Căutaţi mai întâi Împărăţia cerurilor şi toate celelalte vi se vor da vouă”. Deveniţi plini şi completi înlăuntrul vostru prin conectarea la ceea ce vă împlineşte şi vă completează, la Sinele vostru divin, la sufletul vostru, şi atunci veţi atrage la voi ceea ce aveţi nevoie. Şi veţi avea nevoie de foarte puţine lucruri. Este foarte plăcut să nu ai nevoie de prea multe.

Sper că înţelegeţi că nu trebuie să faceţi nimic pentru a vă conecta cu Sursa, cu Dumnezeu. Sunteţi permanent conectaţi la Dumnezeu prin scânteia de Dumnezeu care locuieşte în voi. Cum aţi putea să nu fiţi?! Trebuie doar să deveniţi conştienţi de această conexiune şi, din acea clipă, vi se poate amplifica comunicarea cu ceilalţi. Tot ce pot eu face este să vă îndrum în această direcţie şi să vă explic ce vă stă împotrivă. Când vă aflaţi în mijlocul oamenilor, ascultaţi în interiorul vostru acea voce mică şi calmă, iar astfel îi veţi ajuta şi pe ei să intre în comuniune cu propria lor Cunoaştere şi Iubire profundă.

Vă mulţumesc că aţi fost aici, cu mine. Eu sunt cu voi mereu.»

Capitolul 17

Cum să vezi şi să trăieşti Unimea

«Unimea este ceva ce poţi vedea cu proprii tăi ochii. Tot ochii îţi dezvăluie Unitatea cu ceilalţi, şi despre asta vreau să vorbesc mai întâi.

Ceea ce vreau să spun este că ochii sunt ferestrele către suflet, iar la nivel de suflet, sunteţi cu toţii la fel. Fără a mă încurca prea mult în terminologie, ceea ce înţeleg prin "suflet" în acest caz este Conştiinţa unică ce pătrunde şi animă tot ce înseamnă viaţă. Această Conştiinţă unică priveşte prin ochii fiecărei fiinţe vii. Tipul specific de inteligenţă – fie că este umană sau animală – nuanţează experienţa acestei conştiinţe, dar Conştiinţa, în sine, este aceeaşi.

De exemplu, experienţa de a fi conştient a unui câine este diferită de experienţa de a fi conştient a unei fiinţe umane, conform cu tipul de inteligenţă şi de programare care dinamizează acea conştiinţă, şi totuşi, conştiinţa este aceeaşi.

Există o singură Conştiinţă în întreaga existenţă, care este Dumnezeu. Dumnezeu este Conştiinţa care animă totul. Îl cunoşti pe Dumnezeu în mod direct prin simţirea propriei tale conştiinţe şi a conştiinţei altora. Dumnezeu priveşte prin ochii tăi şi prin ochii oricărei fiinţe vii. Există o singură fiinţă care experimentează viaţa prin toate aceste forme diferite, iar acea fiinţă unică este ceea ce voi numiţi Dumnezeu.

De ce este important să ştiţi acest lucru? Cunoaşterea şi trăirea acestui lucru vă îmbogăţeşte viaţa. Vă ajută să fiţi conştienţi că nu sunteţi doar oameni. Când nu ştiţi sau nu simţiţi asta, vă simţiţi deconectaţi şi în dezacord cu viaţa, ceea ce nu aveţi nevoie.

Nu v-ar plăcea tuturor să simţiţi că sunteţi conectaţi şi că aparţineţi la ceva mai mare decât voi înşivă?! Ba da! Toţi aţi dori să fie adevărat – şi este! Acesta este un caz în care gândirea deziderativă chiar este adevărată.

Nu este interesant faptul că fiecare fiinţă umană îşi doreşte acest lucru?! Toată lumea vrea să se simtă conectată şi să facă parte din ceva mai presus de sine. Această aspiraţie vă împlineşte şi vă permite să vă relaxaţi şi să fiţi pe pace. Sunteţi programaţi să vă simţiţi astfel. Sunteţi

programaţi să cunoaşteţi adevărul despre cine sunteţi cu adevărat, că aparţineţi lui Dumnezeu şi că sunteţi o expresie a lui Dumnezeu.

Dacă nu aţi fi fost programaţi în acest fel – că sunteţi Dumnezeu – atunci Dumnezeu s-ar fi pierdut definitiv în iluzia de a fi un sine separat. Dar nu aşa a fost proiectul, aşa cum am explicat în alte mesaje. Dumnezeu nu intenţionează să se piardă în creaţie, ci să se joace în cadrul creaţiei, pentru un timp. Aşadar, Dumnezeu a creat o măsură de siguranţă pentru a nu se pierde în creaţie, care este cunoaşterea – sădită în Inima voastră, în Inima spirituală – că sunteţi din Dumnezeu şi că aveţi menirea să vă întoarceţi în Dumnezeu.

Religiile reflectă acest adevăr şi propria cunoaştere interioară că există un Dumnezeu şi că aţi venit de la Dumnezeu. Iar pentru că religiile oglindesc această cunoaştere interioară, ele au jucat un rol important în istoria omenirii. Însă pe lângă asta, religiile vă învaţă lucruri foarte diferite despre Dumnezeu, căci ego-ul a deformat semnificativ Adevărul. Şi totuşi, religia rezistă, în parte, pentru că recunoaşte ceea ce simţiţi în Inima voastră: Există un Dumnezeu sau o forţă inteligentă în spatele Vieţii, care se implică permanent în Viaţă şi care poate fi simţită lăuntric. Problema este că oamenii au aderat, de asemenea, la numeroasele credinţe neadevărate care fac parte tot din religie. Dar mesajul de astăzi nu se referă la asta.

Din moment ce Dumnezeu este viu în creaţie, este logic că Îl puteţi simţi pe Dumnezeu în voi, în ceilalţi şi în întreaga creaţie. Aceasta este esenţa spiritualităţii, iar pentru a-L cunoaşte şi simţi pe Dumnezeu în acest mod, nu aveţi nevoie de religie. Acest mare adevăr este foarte limpede, pe când multe alte credinţe religioase nu sunt şi merită să fie puse la îndoială.

Adevărul că există un Dumnezeu sau o inteligenţă supremă la temelia Vieţii este evident, deoarece, aşa cum am spus, aţi fost proiectaţi pentru a recunoaşte acest lucru prin propria trăire. Cei care nu recunosc sau nu simt acest lucru fie nu îl acceptă, din cauză că au convingeri contrare, fie sunt prea prinşi în ego-ul lor. Dar este doar ceva temporar. Deşi această viziune greşită poate dura multe vieţi la rândul, în cele din urmă, Adevărul iese la iveală convingător în conştiinţă şi nu mai poate fi ignorat.

Să revenim la ochi. Cel mai simplu mod de a-l vedea pe Dumnezeu în lume este să priveşti în ochii unei persoane (sau ai unui animal) care este liniştită şi pe pace. Spun “liniştită şi pe pace”, pentru că atunci este fiinţa în armonie cu natura sa divină. Dacă cineva nu este pe pace, cel mai probabil, este pierdut în gânduri sau în reacţia de “luptă sau fugi”, iar Sinele divin nu va putea fi perceput în ochii săi. Acesta este unul dintre motivele pentru care Divinul nu apare ceva mai evident în lume: În majoritatea timpului, cei mai mulţi oameni sunt fie pierduţi în gândurile lor, fie într-un stres sau o frică induse de ego.

Starea ta de conştiinţă – fie că este aliniată cu Divinul sau cu ego-ul, cu iubirea sau cu frica – este vizibilă în ochii şi în comportarea ta. Este, de asemenea, percepută de cei care sunt mai sensibili. Aşadar, dacă vrei să simţi Sinele cuiva (sau al tău), priveşte-l în ochi (sau priveşte-te în oglindă) atunci când este liniştit sau fericit.

Sinele-Dumnezeu din oameni este uşor de recunoscut. Ceea ce recunoşti este propriul tău Sine. Îţi recunoşti asemănarea cu ei, unitatea cu ei. Când te uiţi în ochii lor, este ca şi cum te-ai privi pe tine însuţi. Te simţi în ei, ca şi cum ai fi în interiorul lor şi te-ai uita la tine. Aceasta este o trăire foarte subtilă, dar profundă, o experienţă care se simte la nivel energetic.

Ai putea practica acest lucru cu o persoană iubită: Uitaţi-vă unul în ochii celuilalt timp de câteva minute. Căutaţi doar să priviţi, fără să vă gândiţi la nimic. Puneţi-vă toată atenţia pe ochi şi vedeţi ce se întâmplă. Vedeţi ce simţiţi.

Uneori când faci acest lucru, faţa celeilalte persoane se modifică sau dispare şi este înlocuită de lumină. Observă, de asemenea, energia subtilă din zona Inimii. Adesea, apare acolo un sentiment de plenitudine sau de expansiune. Mai presus de orice, observă strălucirea din ochii persoanei. Acela este Dumnezeu care se uită la tine. Poţi, de asemenea, să simţi Divinul dinlăuntru, privindu-ţi ochii în oglindă.

Dacă vei căuta Divinul în ochii oamenilor, îţi va fi mai uşor să simţi iubire, compasiune şi preţuire pentru ei. Nu este întotdeauna uşor să le simţi atunci când te focalizezi asupra aspectului lor fizic. Asta tinde să scoată la iveală judecăţile ego-ului. Aparenţele fizice sunt înşelătoare. Nu poţi judeca o carte după copertă. Încearcă, în schimb, să te concentrezi asupra ochilor şi vei avea mai multe şanse să simţi adevăratul Sine al

acelei persoane. Vei vedea chiar în sufletul ei, în măsura în care privirea nu îi este întunecată de frică şi de alte ataşamente egoiste.

Celălalt beneficiu al acestui procedeu este că, dacă te uiţi în ochii cuiva, probabil că şi el sau ea se va uita în ochii tăi, şi aşa se poate stabili o conexiune mai profundă între voi, indiferent dacă persoana respectivă este conştientă sau nu de ea. Încearcă să relaţionezi cu ceilalţi în acest fel şi vezi ce se întâmplă.

Celălalt lucru despre care aş vrea să vorbesc astăzi este cum pot ochii tăi să vadă Unimea. Din moment ce Dumnezeu priveşte prin ochii tăi, este posibil să simţi lumea aşa cum o vede Dumnezeu. Ceea ce te împiedică sunt gândurile ce-ţi trec prin minte, care te fac să percepi lumea aşa cum o vede ego-ul.

Pentru a-ţi schimba percepţia, doreşte-ţi ferm să vezi aşa cum vede Dumnezeu, apoi petrece nişte timp într-un cadru natural liniştit, unde nu vei fi deranjat (sau uită-te pe fereastră), şi priveşte, pur şi simplu. Nu face nimic altceva decât să te dedici privitului. Îţi poţi lăsa ochii să sară de la un obiect la altul sau te poţi concentra doar asupra unui anumit obiect.

Acesta este un tip de meditaţie pe care l-am numit uneori “meditaţia asupra frumuseţii”. Îţi foloseşti simţul văzului pentru a-ţi concentra mintea. Ori de câte ori mintea se abate înspre vreun gând de la simplul privit a ceea ce ai în faţa ochilor, readu-o uşor la simplul privit.

Când faci asta suficient de mult timp, vei avea sentimentul că priveşti în interiorul tău. Iar dacă ceva se mişcă, cum ar fi frunzele mişcându-se în vânt, la un nivel foarte subtil, poţi să simţiţi cum frunzele se mişcă înlăuntrul tău. Aşa poţi simţi Unitatea cu un copac sau un alt obiect. Poţi face asta mai uşor cu plantele şi animalele decât cu pietrele, deoarece pietrele nu se mişcă, căci poţi simţi subtil lăuntric chiar şi pietrele.

Apoi, vezi dacă poţi găsi vreo graniţă între acel copac, acea stâncă sau acel nor şi fiinţa ta. Unde ar fi acea graniţă?! Dacă le simţiţi mişcându-se în interiorul tău, atunci oare nu s-ar putea spune că ele există şi în interiorul tău?! Cine este acest “tu” în care există ele? Există vreo limită a acestui “tu”? Prezenţa subtilă şi mişcările acestor obiecte sunt simţite în interiorul acestui dispozitiv senzorial numit trup, dar cum ar fi posibil, dacă ele sunt “acolo, afară” şi tu eşti separat de ele?! Oare nu

exişti şi tu acolo, afară, şi nu doar în interiorul corpului tău? Chiar este trupul o graniţă? Există vreo graniţă undeva?

Adevărul este că nu eşti separat de nimic, oricât de separat ai părea. Tu şi orice altceva sunteţi cufundaţi într-un ocean de energie care leagă totul de tot. Când ceva se mişcă în acel ocean de energie, poate fi simţit şi influenţează tot ce există în acel ocean de energie. Tu aparţii acelui copac, acelei stânci şi acelui nor, iar ele îţi aparţin ţie. În esenţă, nu eşti cu nimic diferit de orice altceva.

Sunteţi iubiţi mai mult decât vă daţi seama! Oare cum am putea să nu ne iubim pe noi înşine când ne manifestăm în voi şi în orice altă formă?! Noi suntem voi şi voi sunteţi noi. Sunteţi iubiţii noştri şi vă preţuim existenţa.

Vă mulţumesc pentru că aţi fost deschişi la acest mesaj. Eu sunt cu voi mereu.»

Capitolul 18

Cum să-ţi vindeci mintea

«Din cauză că majoritatea oamenilor, inclusiv copiii, se raportează la lume prin prisma ego-ului lor, în cea mai mare parte a timpului, de aceea este necesară vindecarea.

Dacă nu aţi privi lumea prin această lentilă egotică, ci aşa cum este ea de fapt, atunci vindecarea nu ar fi necesară. Într-un fel, vă faceţi rău singuri, pentru că percepeţi greşit, inexact, fals. Vă interpretaţi şi vă înţelegeţi greşit experienţele sau, mai degrabă, ego-ul vostru o face.

Aceste convingeri sau concluzii eronate sunt cauza durerii emoţionale a oamenilor, care se cere vindecată.

Nu este surprinzător faptul că aceste convingeri eronate sunt vindecate, în mare parte, prin înţelegerea adevărului, inclusiv adevărul că interpretaţi greşit ceea ce trăiţi.

Această interpretare greşită este foarte frecventă şi devastatoare în copilărie, căci copilul nu prea înţelege cum este viaţa şi are o tendinţă de a se învinovăţi atunci când cei din jur sunt furioşi sau nefericiţi.

Să vă dau un exemplu, unul foarte obişnuit. Atunci când mama unui copil este nefericită şi stresată, această negativitate şi acest stres sunt preluate şi de copil. Copilul este învelit în atmosfera psihică negativă creată de starea de conştiinţă egotică a mamei, atâta timp cât durează ea şi atâta timp cât copilul se află în preajma mamei. Iar asta îl împiedică pe copil să se conecteze cu propria sa natură divină.

În plus, nefericirea şi stresul mamei o fac să se poarte rareori cu copilul într-un mod iubitor, jucăuş, relaxat şi blând. Şi pentru că este mereu grăbită, îl repede şi pe copil. Acest lucru nu creează copilului doar stres, ci şi anxietate, căci această atmosferă sugerează faptul că viaţa este periculoasă şi dificilă, fiindcă aşa simte mama că ar fi viaţa.

Ca urmare, copilul dezvoltă temeri şi un sentiment de neajutorare, deoarece copilul este, prin natura sa, relativ neajutorat şi acest lucru este agravat de faptul că depinde de o mamă care se teme de viaţă, care îşi duce cu greu la capăt responsabilităţile şi care este nefericită.

Acesta este modelul copilului despre cum este viaţa şi cum să se descurce în viaţă. În aceste condiţii, copilul trage multe concluzii negative

despre viaţă, care sunt stocate în subconştient şi îi vor conduce comportamentul de acum înainte.

În acest exemplu, copilul nu a fost abuzat, dar dacă se mai întâmplă şi asta, copilul va trage şi mai multe concluzii negative despre viaţă şi despre el însuşi. „Sunt rău, sunt prost, nu sunt suficient de bun, nu sunt demn de a fi iubit. Nu numai că viaţa nu este bună sau sigură, dar nici eu nu sunt bun sau protejat”. Acestea sunt nişte concluzii devastatoare asupra psihicului.

Un copil nu are posibilitatea să vadă viaţa printr-o lentilă mai obiectivă, una care să includă întregul adevăr al situaţiei. Copilul trage concluzii pe baza perspectivei sale limitate. Copilul nu are capacitatea mintală să concluzioneze: „Mama este doar obosită şi stresată. Asta nu are nimic de-a face cu mine. Totul va fi bine. Sunt în regulă”. Unui copil nu-i vin în minte astfel de gânduri liniştitoare şi adevărate. Copilul nu are acces la această perspectivă mai largă, la adevărul complet, decât dacă un adult îi vorbeşte în acest fel. Asta învaţă omul pe măsură ce se maturizează.

Nu numai copiii, ci şi adulţii ajung la concluzii greşite care îi fac să sufere inutil. Se întâmplă tot timpul, de obicei fără să vă daţi seama. Atunci când vă simţiţi groaznic, s-ar putea să nu fiţi conştienţi că singuri v-aţi făcut să vă simţiţi groaznic, din cauză că aţi crezut ceva despre cineva sau despre ce s-a întâmplat care nu înfăţişa întregul adevăr. Şi aţi omis tocmai ceea ce v-ar fi permis să vă relaxaţi şi să fiţi împăcat cu acea persoană sau întâmplare. Poate fi dificil să vă daţi seama de întregul adevăr.

Unul dintre motive este faptul că aţi învăţat să vă filtraţi experienţa prin intermediul concluziilor eronate din copilărie. De exemplu, dacă aţi ajuns la concluzia că nu sunteţi foarte deştept, atunci este probabil să interpretaţi ceea ce spune cineva sau ce se întâmplă ca pe o dovadă în acest sens. Ego-ul caută să găsească mereu argumente la concluziile trase în copilărie, pentru a dovedi că nu a greşit atunci. Şi uite aşa, condiţionările tind să se autosusţină şi să se perpetueze.

Convingerile greşite se întreţin, de asemenea, şi prin faptul că devin profeţii care se auto-împlinesc. Ce vreau să spun prin aceasta este că, atunci când ai tras o anumită concluzie despre tine, te comporţi într-un

anumit mod faţă de viaţă şi faţă de ceilalţi, ceea ce face ca viaţa, de obicei prin intermediul altor oameni, să îţi confirme punctul de vedere.

De exemplu, dacă crezi că nu eşti deştept, atunci te comporţi ca şi cum nu ai fi deştept. Te minimalizezi, nu încerci să faci lucruri dificile, de teama eşecului, şi nu aspiri la ocazii care crezi că te depăşesc. Iar asta garantează că nu vei primi respectul sau oportunităţile pe care le meriţi, pentru că ceilalţi, probabil, te vor crede pe cuvânt. Şi astfel, nu vei progresa sau nu vei învăţa atât de mult pe cât ai putea dacă ai accepta nişte provocări şi ai exersa noi abilităţi.

Credinţa că nu eşti deştept este chezăşia că nu vei aspira sau nu te vei întinde mai mult de ideea limitată pe care o ai despre tine însuţi. Îţi pui singur limite, neînţelegând că tocmai convingerile despre tine însuţi te-au limitat, nu inteligenţa ta, nici viaţa şi nici ceilalţi.

Viaţa îţi împlineşte profeţia că eşti limitat fiindcă nu ai fi inteligent. Însă adevărul este că singur te-ai limitat, pur şi simplu, gândind că nu eşti deştept. Nu ai nicio vină, ci aşa funcţionează psihologia umană. Aceste procese se desfăşoară la un nivel subconştient.

Orice proces de vindecare necesită să conştientizezi ceea ce nu conştientizai înainte, să aduci la lumina conştiinţei ceea ce operează la nivel subconştient.

Din acest motiv, psihoterapia prin dialog poate fi utilă. Devii conştient de concluziile greşite la care ai ajuns când erai copil, ceea ce îţi dă putere.

Însă înţelegerea nu este de ajuns. Mulţi oameni sunt conştienţi că nu au o părere bună despre ei înşişi sau că au diverse convingeri negative, dar asta nu schimbă neapărat modul în care se simt. Conştientizarea sau înţelegerea este doar primul pas spre vindecare. Următorul pas este vindecarea acelor convingeri negative. Iar esenţial în acest sens este să vezi întregul adevăr, nu doar să devii conştient de convingerile eronate ale ego-ului, ci să incluzi şi perspectiva Sinelui divin.

Iată cum poţi recunoaşte întregul adevăr. Întregul adevăr, întotdeauna, te face să te simţi mai bine decât un adevăr parţial sau o minciună. După cum am mai spus de atâtea ori, adevărul îţi aduce relaxare şi pace, iar în această stare, iubirea curge nestingherită. Ego-ul, vocea din capul tău, spune doar o parte din adevăr, motiv pentru care te simţi atât de prost. Vocea din cap îţi spune că eşti limitat şi cu defecte,

ceea ce este adevărat, desigur, şi îi judecă pe ceilalţi într-un mod similar. Doar subliniază negativul, fără a evidenţia şi pozitivul.

Ego-ul omite jumătate din adevăr, asta înţeleg eu prin adevăr parţial. Ego-ul etichetează şi catalogheză oamenii fără să recunoască Divinul din ei. Ego-ul trece cu vederea Divinul, care luminează viaţa în modalităţi miraculoase şi minunate, căci Divinul este cel care vindecă.

Ego-ul nu traficheză doar adevăruri parţiale, ci şi minciuni sadea. Un adevăr parţial este deja o minciună, ceea ce pune destule probleme, numai că o mare parte din ceea ce spune ego-ul este de-a dreptul neadevărat, şi este important să observăm asta. Adevărurile parţiale sunt foarte dificil de depistat, dar chiar şi minciunile flagrante sunt greu de dibuit, dintr-un motiv simplu: sunteţi programaţi să credeţi gândurile care vă trec prin minte.

Este important să vă daţi seama de asta, pentru că această realizare este cheia către libertate. Examinaţi-vă gândurile şi observaţi cât de inutile, nechibzuite şi neadevărate sunt ele, realmente. Până nu veţi înţelege acest lucru, vă va fi greu să vă detaşaţi de vocea din cap. Veţi crede că trebuie să daţi atenţie pălăvrăgelii continue din mintea voastră şi nu vă veţi detaşa de ea.

Remediul pentru minciunile şi adevărurile parţiale pe care le spune vocea din capul vostru este să vedeţi că sunt minciuni şi apoi să reîncadraţi acele gânduri.

Reîncadrarea (reframing) este un termen care semnifică a privi acele gânduri printr-o lentilă mai mare, adoptând o viziune mai cuprinzătoare, făcând un pas în spate şi zoom de depărtare. Reîncadrarea este o modalitate de a vindeca convingerile negative prin includerea întregului adevăr, a viziunii de ansamblu.

De exemplu, dacă îţi vine gândul “Chiar că am dat-o în bară”, această judecată, ca toate judecăţile, este o poveste, un adevăr parţial. Poate fi adevărat că nu te-ai ridicat la înălţimea aşteptărilor, a unui ideal din mintea ta, sau că nu ai dat tot ce aveai mai bun, adică ce crede mintea ta că ar însemna “mai bun”. Problema este că asta crezi că te şi caracterizează, de exemplu, “Sunt prost, incapabil, insuficient de bun”, ceea ce ar fi o concluzie incompletă şi, prin urmare, inexactă.

Adevărul mai larg, întregul adevăr este că a fost ce a fost, iar acum nu mai este. S-a terminat, aparţine trecutului şi nu-ţi rămâne decât să

mergi mai departe şi să conştientizezi că ai învăţat ceva din asta. Şi oare cum ai putea să nu tragi nişte învăţături din ceva, din orice?!

Asta înseamnă să fii bun cu tine însuţi şi exprimă şi adevărul. Observă cum acest adevăr îţi permite să te relaxezi şi să fii împăcat.

Acel eu, pe care încerci să îl modelezi şi să-i creezi o imagine perfectă, nu există. Asta-i, de asemenea, adevărat. Ideile pe care le ai despre cum ar trebui să fii sau cum ai putea fi sunt doar nişte idei. În orice moment, eşti aşa cum eşti. Şi, în orice moment anterior, a fost ceea ce a fost. Iar în alt moment viitor, va fi altceva diferit.

Nu există un sine permanent. Acel sine care crezi că ai fi este alcătuit din gânduri mereu schimbătoare, deşi oarecum repetate, despre tine însuţi. Iar povestea ta curentă despre tine şi viaţa ta este doar o născocire. Ai inventat-o în minte şi apoi suferi când nu te ridici la înălţimea ideilor şi viselor tale. Acesta este sinele fals.

Dacă nu vrei să suferi, trebuie să nu mai continui să-ţi recreezi sinele fals. Trebuie să încetezi să-ţi întăreşti sinele fals prin gânduri. Şi trebuie să nu mai crezi că tu ai fi sinele fals.

Trebuie să vezi întregul adevăr. Eşti o scânteie din Dumnezeu deghizată sub forma unei fiinţe umane. Să realizezi acest lucru înseamnă suprema vindecare. Eşti vindecat atunci când sinele tău fals este vindecat. Iar sinele fals este vindecat atunci când vezi că nu există şi că nici nu a existat vreodată. Sinele fals nu a fost altceva decât gânduri despre tine, doar gânduri, iar gândurile nu sunt reale. Doar Sinele Divin este real.

Pentru a ajunge la această realizare, s-ar putea ca, mai întâi, să fie nevoie să lucrezi întru vindecare, spunându-ţi o poveste mai pozitivă despre tine însuţi, înlocuind gândurile negative despre propria persoană cu unele pozitive. Atunci sinele fals se va apropia ceva mai mult de adevărul naturii tale divine.

Sinele divin are doar calităţi pozitive, prin urmare, cu cât recunoşti mai multe astfel de calităţi în tine, cu atât mai uşor te poţi alinia cu Sinele tău divin. Adevărul este că eşti divin. Eşti făcut din iubire, eşti plin de compasiune, eşti curajos şi puternic. Dacă nu ai fi astfel, nu ai putea manifesta iubirea sau compasiunea sau curajul sau oricare dintre celelalte calităţi ale naturii tale divine. Dar poţi, şi iată că le manifeşti.

Dacă incluzi şi aceste calităţi în imaginea de sine, vei vedea întregul adevăr despre tine însuţi. Da, ai defecte, eşti imperfect şi faci greşeli. Toată lumea face greşeli. Dar eşti, de asemenea, capabil de o mare nobleţe, bunătate, curaj, putere şi înţelepciune. Aceasta este partea de adevăr care trebuie inclusă.

Aşa se vindecă falsul sine, înţelegând întregul adevăr despre tine însuţi. Eşti atât uman, cât şi divin. Eşti amândouă, nu doar uman, nu doar cu defecte, nu doar într-o continuă luptă.

Iartă-ţi greşelile şi recunoaşte întregul adevăr despre tine. Iubirea vindecă. Recunoaşte iubirea dinlăuntrul şi te vei iubi şi îi vei iubi pe ceilalţi şi vei fi fericit.

Vă mulţumesc că aţi fost aici, cu mine. Eu sunt cu voi mereu.»

Capitolul 19

Ce este fericirea?

«Am vorbit des despre fericire, dar este un subiect destul de important pentru a-i dedica un mesaj. Bineînţeles, toată lumea ştie ce este fericirea. Ştiţi cum este să fii fericit. Cu toate acestea, aş dori să sugerez că există două tipuri de fericire: cea pe care o cunoaşteţi cu toţii şi un tip de fericire mai subtilă, mereu prezentă, care provine din simpla bucurie de a fi viu. Nu toată lumea este conştientă de acest al doilea tip de fericire, dar, din moment ce este mereu prezentă şi disponibilă, pare important să o cunoaştem, în această lume în care tristeţea şi suferinţa sunt atât de răspândite.

Nu sunt prea multe de spus despre acea fericire pe care o cunoaşte toată lumea, dar trebuie să subliniez câteva lucruri pentru a o compara prin contrast cu fericirea mai subtilă de a fi viu. Aspectul cel mai nefericit la fericirea cu care sunteţi familiarizaţi este că nu este întotdeauna prezentă. Ea vine şi pleacă, adesea destul de repede. În plus, acest fel de fericire nu prea depinde de tine.

Motivul pentru care nu depinde de tine este acela că satisfacerea dorinţelor nu stă sub controlul tău – ai observat? De obicei, nu se face legătura dintre dorinţe şi nefericire sau suferinţă. Oamenii sunt convinşi că fericirea înseamnă să obţii ceea ce îţi doreşti, fără să observe toată suferinţa pe care înseşi dorinţele o provoacă pe parcurs.

Oamenii petrec mai mult timp suferind şi luptând decât simţindu-se fericiţi şi împăcaţi. Acest lucru este cauzat de faptul că omenirea se află într-o stare de conştiinţă în care doreşti mereu câte ceva. Aproape în fiecare moment al zilei, vocea din capul tău exprimă o dorinţă. Poate fi formulată sub forma unei preferinţe sau a unei lamentări – "Îmi place", "Nu-mi place" – dar la baza acestor gânduri se află dorinţa ca ceva să fie într-un anumit fel, de obicei diferit decât cum este deja.

Nu este vina voastră că aveţi astfel de dorinţe. Aşa sunteţi programaţi. Sunteţi programaţi să suferiţi, iar prin gândurile despre ce vreţi şi ce nu vreţi, despre ce vă place şi ce nu vă place sunteţi ţinuţi captivi în această închisoare a suferinţei şi a luptei nesfârşite. Şi rareori vă trece prin minte că asta se petrece. Aceasta este natura programării.

Ea operează sub nivelul conştient, pe fundal. Este apa în care înotaţi ca nişte peştişori.

Dar iată că acum aţi devenit conştienţi de ce se petrece. Cărţile s-au dat pe faţă! Şi, acum că ştiţi, nu mai puteţi fi inconştienţi. Şi asta este menit, de asemenea, să se întâmple. La un moment dat, sunteţi sortiţi să vă treziţi din programare, să o vedeţi aşa cum este şi să intraţi într-o nouă relaţie cu ea. Este o relaţie de alegere liberă: sunteţi suficient de conştienţi de programarea voastră, încât puteţi alege să o urmaţi sau nu.

Fericirea cu care sunteţi obişnuiţi este plăcută şi chiar sunteţi meniţi să vă simţiţi bine în acest mod din când în când. Este minunat! Este o binecuvântare să ai momente şi zile în care te simţi euforic, de parcă mergi pe aer, în sfârşit, eliberat de lupta şi disputele specifice stării egotice de conştiinţă, cel puţin pentru o vreme. Ce uşurare este atunci când dorinţele tale sunt, în sfârşit, îndeplinite! Atunci, te poţi relaxa, în sfârşit, şi te bucuri de viaţă – te bucuri de tot. Viaţa pare atât de luminoasă atunci când eşti atât de fericit.

De ce se întâmplă aşa? Pur şi simplu, pentru că îţi place ceea ce există. Ai obţinut ceea ce ţi-ai dorit, iar acum poţi fi, în sfârşit, mulţumit de viaţă, aşa cum este ea. Ce bine ar fi dacă ar şi dura această uşurare a suferinţei, această fericire! Dar nu, nu durează niciodată prea mult. În cele din urmă, vocea din capul tău vine cu alte dorinţe, nemulţumiri şi preferinţe, şi deja eşti pe fugă, străduindu-te să le transpui în realitate. Ce misiune grea!

Încercarea de a face ca viaţa să se conformeze ideilor şi dorinţelor tale este imposibilă, şi totuşi, prea rar înţeleg oamenii asta. În schimb, ei continuă să alerge după dorinţele lor. Cu excepţia anumitor cercuri spirituale, oamenii nu discută despre nebunia de a încerca să faci ca viaţa să se potrivească cu dorinţele tale, ci dimpotrivă: Discută despre ceea ce îşi doresc şi schimbă sfaturi despre cum să obţină ceea ce îşi doresc. Aceasta este forţa ce le dirijează viaţa celor mai mulţi oameni, ceea ce explică de ce atât de mulţi se simt epuizaţi şi nefericiţi, indiferent de câte dorinţe reuşesc să îşi împlinească. Nesfârşita, egoista şi inutila competiţie din lumea modernă urmăreşte, mai ales, satisfacerea dorinţelor.

Trebuie să adaug aici că nu este cu nimic greşit să urmăreşti unele dorinţe. Problema este că nu acesta este rostul vieţii, iar dacă faci din asta

scopul suprem al vieţii, nu vei trăi niciodată fericirea adevărată, cel puţin, nu pentru mult timp.

Dacă a-ţi urmări dorinţele nu ar împiedica adevărata fericire, nici măcar nu aş fi adus în discuţie acest subiect. Dar dacă crezi ferm că adevărata fericire constă în satisfacerea dorinţelor, atunci cum te-ai mai îndoi vreodată de acest lucru sau ai căuta fericirea în altă parte?! Tocmai asta-i problema. Mulţi nu caută niciodată în altă parte fericirea mai autentică şi, astfel, nu o vor găsi niciodată.

Când te concentrezi numai pe satisfacerea dorinţelor, nu te vei aventura prea des dincolo de starea egotică de conştiinţă, iar asta ar fi păcat, pentru că viaţa înseamnă mult, mult mai mult decât satisfacerea dorinţelor. Mai există o altă stare de conştiinţă şi un alt mod de a trăi care este motivat şi călăuzit de nişte dorinţe diferite, mai profunde.

Acest alt mod de a trăi, care se numeşte "a fi prezent" sau "a fi trezit", este atât de neobişnuit, încât adesea se crede că ar fi special şi dificil de atins. Cu toate acestea, deşi extraordinar şi minunat, acest mod de a fi este, de fapt, foarte obişnuit şi realizabil.

Aceste dorinţe sau impulsuri mai profunde, care izvorăsc din sufletul tău, sau din Sinele tău divin, sunt cele menite să-ţi propulseze şi să-ţi ghideze viaţa, nicidecum dorinţele superficiale ale ego-ului, care sunt exprimate de şuvoiul de gânduri. Aceste dorinţe mai profunde le simţi şi reacţionezi la ele în mod natural, fără a gândi. Orice om are dorinţe mai profunde şi orice om reacţionează la ele, într-o anumită măsură. Sunt simţite ca imbolduri, nu ca gânduri. Dacă principalul tău interes şi forţa motivatoare nu sunt dorinţele ego-ului, atunci vei urma în mod firesc dorinţele sufletului, sau ale Inimii.

Ce legătură are asta cu fericirea? Atunci când faptele tale sunt în acord cu planul sufletului şi cu voinţa Tatălui, atunci simţi adevărata fericire. Această fericire mai profundă este steaua ta călăuzitoare şi este foarte diferită de fericirea care vine din satisfacerea dorinţelor ego-ului. Ar trebui să existe un alt cuvânt pentru acest tip de fericire, iar mulţi folosesc cuvântul "bucurie" pentru a indica această fericire mai profundă, aşa că voi folosi şi acest cuvânt.

Bucuria este experienţa subtilă a adevăratei tale naturi. Când eşti în armonie cu adevărata ta natură, simţi bucurie. Această simţire ar putea fi numită, de asemenea, iubire sau pace. Toate acestea sunt calităţi ale

adevăratei tale naturi, diferite nuanţe sau faţete ale diamantului adevăratei tale naturi.

Spre deosebire de fericirea ego-ului, bucuria nu este o emoţie umană, ci provine din sfera Divinităţii. Am putea spune că bucuria este octava superioară a fericirii, deoarece bucuria provine din tărâmul subtil, nu din domeniul mai grosier al ego-ului. Bucuria este un semn sau un simptom că eşti în acord cu adevărata ta natură.

Bucuria nu este ceva ce poţi sau trebuie să "obţii". Ea te deţine deja pe tine. Ea eşti tu. Tu eşti bucuria. Dar bucuria este adesea voalată din cauză că eşti atent în altă parte. Există doar două posibile locuri la care poţi fi atent: fie domeniul mental şi ireal, fie Realitatea, adică ce este real aici-şi-acum – care include lumea subtilă şi bucuria, iubirea, pacea şi celelalte calităţi ale naturii tale divine. Prin urmare, adevărata fericire sau bucurie provine din a da atenţie la orice altceva decât la lumea ireală a minţii, în special mintea egotică, vocea din cap.

Ai putea face asta?! Cât de greu este să fii atent la cer?! La maşinile care trec pe lângă tine?! La vântul care îţi suflă prin păr şi îţi atinge faţa?! La iubirea din inima ta?! La imboldurile subtile de a face ceva?! Cât de greu este să-i acorzi atenţie persoanei din faţa ta, în loc să dai atenţie gândurilor tale despre ea?!

Să acorzi atenţie la ceea ce este real aici-şi-acum nu este greu, dar trebuie să fii conştient de valoarea acestei acţiuni şi trebuie să faci o alegere. Adevărata fericire – bucuria – este o alegere. Alegi la ce dai atenţie.

Mulţi oameni consideră că sintagma "fericirea este o alegere" se referă la ce anume alegi să gândeşti: Să ai gânduri pozitive în locul celor negative. Acest lucru poate fi util, dar gândurile pozitive sunt doar o punte către bucurie, nu destinaţia finală. Gândurile pozitive te conduc dincolo de negativitate, dar nu te scot din domeniul mental. Iar dacă rămâi prins în gânduri, nu vei putea rămâne pozitiv prea mult timp, deoarece este o distanţă foarte mică de la un gând pozitiv la altul negativ.

Există o altă stare în care poţi rămâne în afara minţii, iar gândurile pozitive te pot conduce acolo. Dar, odată ce ai ajuns acolo, trebuie să continui să alegi să rămâi acolo. Acest "acolo" în care alegi să rămâi este Realitatea. Pentru a rămâne în Realitate – pentru a fi prezent la ea – trebuie să alegi să dai atenţie la ceea ce este real, adică la ceea ce se iveşte

aici-şi-acum, în afară de gânduri şi emoţii. Dai atenţie la senzaţii, sunete, vederi, mirosuri, gusturi, intuiţii, cunoştinţe, impulsuri, inspiraţii şi calităţile adevăratei tale naturi, care apar în orice clipă. Dacă vei face asta suficient de mult timp, vei trăi bucuria, iar această bucurie va fi mai mult decât suficientă.

Această bucurie, această fericire, este cu adevărat satisfăcătoare. Este simplă, este subtilă şi mereu prezentă. Scopul tuturor vieţilor tale este să ajungi să trăieşti în bucurie. Această bucurie este punctul final; este Acasă, cu majusculă. Este experienţa de a fi, pur şi simplu, prezent la viaţă, de a exista în mijlocul realităţii, aşa cum o simţi aici-şi-acum.

Preţul pe care îl plăteşti pentru bucurie este atenţia, în timp ce preţul pe care îl plăteşti pentru fericirea ego-ului este suferinţa. Ce preferi?! Problema este că ego-ul adoră dramatismul, inclusiv suferinţa. Da, ego-ul iubeşte suferinţa! Îi place să facă pe victima – “Săracul de mine!” – dar ego-ul este atât cauzatorul suferinţei, cât şi victima.

Mintea egotică produce altora suferinţă şi suferă ea însăşi. Dacă nu ar exista vocea din capul tău, fără ea în fundal, nu ar exista durere şi nu te-ai simţi agresat; ar exista numai pace. Dar, aşa cum am spus, ego-ul nu doreşte pacea şi, în măsura în care te identifici cu vocea din cap, pacea nici nu te va interesa.

Totuşi, va veni un moment în care vei dori liniştea mai mult decât spectacolul, iar pacea va fi acolo, aşteptându-te, în tăcere, acolo unde a fost dintotdeauna.

Vă mulţumesc că aţi fost prezenţi aici şi că sunteţi dispuşi să trăiţi simplitatea, pacea şi bucuria momentului de acum. Eu sunt cu voi mereu.»

Capitolul 20

Cui îi sunteţi loiali?

«Mă voi focaliza astăzi asupra unei întrebări care vă va ajuta să descoperiţi ce contează cu adevărat pentru voi. Iar întrebarea este: cui îi sunteţi loiali?

S-ar putea să nu fie o chestiune la care vă gândiţi des, ceea ce o face chiar o întrebare bună. Dacă nu examinaţi această chestiune, este posibil să recădeţi în vechile obiceiuri şi tipare de alegeri care nu vă aduc niciun folos.

Loialitatea, aşa cum folosesc eu acest termen, înseamnă atenţie plus energie şi timp. Când vă acordaţi atenţia, energia şi timpul la ceva, îi sunteţi loiali acelui ceva.

Ar fi util să faceţi un bilanţ la ce sunteţi loiali în majoritatea timpului. Acel lucru determină cum vă trăiţi viaţa, precum şi ce anume creaţi, spre binele sau în detrimentul vostru. Alegerile pe care le faceţi în fiecare zi contează, ele determină experienţa voastră din orice moment şi vă modelează viaţa. Ele pun bazele pentru ceea ce veţi trăi mai departe.

Să vă dau un exemplu. Dacă obişnuiţi să faceţi exerciţii fizice, ele fac parte din experienţa zilei respective şi vă ajută să vă creaţi un corp sănătos şi puternic. Dacă nu alegeţi să faceţi exerciţii fizice în mod regulat, vă rămâne timp pentru alte lucruri, care vă definesc ziua şi, într-o anumită măsură, viitorul. De pildă, poate că, în loc de exerciţii fizice, preferaţi să citiţi cărţi. Înseamnă că acele cărţi vor constitui experienţa voastră de viaţă şi vă vor influenţa pe mai departe.

Felul în care vă petreceţi timpul contează. Orice alegere are nişte consecinţe.

Ceea ce vreau să spun este că voi vă creaţi trăirea prezentă şi viitoare prin fiecare alegere. În esenţă, singura diferenţă dintre voi şi o altă persoană sunt alegerile pe care le faceţi zilnic, inclusiv ceea ce alegeţi să credeţi şi cum vă raportaţi la vocea din capul vostru.

Acestea sunt unele dintre cele mai importante alegeri. Ceea ce alegeţi să credeţi determină, cu siguranţă, *trăirea* voastră actuală şi viitoare. Observaţi că am spus că credinţele vă determină trăirea din prezent şi trăirile viitoare. Asta fac credinţele în primul rând, ele

determină modul cum trăiţi sau *percepeţi* realitatea, dacă sunteţi fericiţi sau nu, pentru că ele aleg lentila prin care priviţi viaţa.

Iar această percepţie, la rândul ei, determină şi, posibil, limitează ce fel de oportunităţi vă va oferi viaţa şi dacă veţi profita sau nu de ele. De aceea se spune că "credinţele vă creează realitatea".

Totuşi, ar fi mai corect să spunem că convingerile vă creează *percepţia* realităţii, trăirea interioară, iar aceasta vă influenţează alegerile, care vor ajuta la modelarea realităţii concrete. Spun "ajută la modelarea realităţii" pentru că mai există şi o altă forţă care modelează realitatea, iar aceasta este Graţia, voinţa Tatălui.

Ceea ce credeţi este cu adevărat important şi, totuşi, mulţi oameni nu sunt atât de conştienţi de ce anume cred sau ei nu aleg în mod conştient ce să creadă. Majoritatea oamenilor acceptă anumite credinţe fără să le pună la îndoială, deşi sunt atât de importante pentru ei. Parcă nici n-ar crede că convingerile sunt importante. Dar este destul de uşor de observat cât de foarte importante sunt.

Mulţi oameni merg ca nişte somnambuli prin viaţă, cred lucruri fără să le pună la îndoială şi iau decizii fără să cugete. Ei funcţionează pe pilot automat, ceea ce înseamnă că-şi lasă programarea lor implicită să aleagă în locul lor.

Problema aici este că programarea are defecte. Iar să laşi ca setarea implicită să decidă pentru tine nu înseamnă libertate. Atât de mulţi oameni trăiesc ca şi cum ar fi prizonierii condiţionărilor lor, doar că nu realizează că sunt nişte prizonieri. Trăiesc ca şi cum nu ar avea de ales să se comporte altfel decât cum sunt programaţi. Condiţionările lor le determină modul cum percep viaţa şi ceea ce creează în viaţă, dar ei nici măcar nu-şi dau seama de acest lucru. Sunt liberi să aleagă şi altceva, dar nu îşi exercită această libertate.

Aici intervine chestiunea loialităţii. La ce eşti loial? Cu alte cuvinte, cărui lucru îi acorzi atenţia, energia şi timpul tău? Cu ce rezonezi? Ce anume urmăreşti?

Loialitatea se referă adesea la loialitatea faţă de un conducător sau faţă de un principiu. Ce lider urmezi? Ce principii, valori sau credinţe urmezi?

Fie că eşti conştient sau nu, tot urmezi ceva, aşa că este important să fii conştient ce anume este. Fără această conştientizare, eşti la mila condiţionărilor tale şi ai renunţat la puterea de a alege.

Unii oameni nu vor să facă efortul de a alege în mod conştient. Este nevoie de conştientizare şi de voinţă pentru a alege altceva decât setarea implicită. Ea este calea minimei rezistenţe şi, prin urmare, cea mai uşoară alegere. Totuşi, a urma ceea ce-i prestabilit este rareori cea mai bună alegere. Reflectaţi la ideea asta. A urma calea implicită este rareori cea mai bună alegere. Ce dilemă! Condiţia umană este de aşa natură încât ceea ce este prestabilit şi cel mai uşor de făcut nu este şi cea mai bună alegere. Nu e de mirare că oamenii duc o viaţă atât de nefericită. Ei iau decizii proaste. Sunt loiali unui fals maestru, unul mediocru. Iar motivul pentru care este atât de slab este că acest maestru, adică programarea voastră, este lipsită de înţelepciune, la fel cum un computer este lipsit de înţelepciune. Precum un computer, sunteţi programaţi cu informaţii. Dar, spre deosebire de un computer, o mare parte din programarea voastră nu este adecvată, în parte, pentru că este depăşită şi, în parte, pentru că aţi fost programaţi de alte fiinţe umane cărora le lipseşte înţelepciunea sau cunoştinţele de bază.

Un computer care a fost programat cu informaţii false nu este de mare folos. Iar dacă nu ştii că acel computer a fost programat cu informaţii false, este mai mult decât inutil, devine periculos. Poate provoca daune, suferinţă.

Programarea voastră defectuoasă este cauza suferinţei. Sau, mai degrabă, încrederea în această programare cu defecte este cauza suferinţei voastre.

Înţelepciunea rezidă în inimă, nu în cap. Acest lucru pare contraintuitiv, pentru că s-ar părea că tocmai capacitatea de a gândi este salvarea voastră. Vă bazaţi pe ea, vă diferenţiază de alte creaturi şi v-a permis să manipulaţi mediul în avantajul vostru. Capacitatea voastră de a gândi şi de a raţiona este extrem de utilă.

Cu toate acestea, intelectul este doar o unealtă, la fel cum şi corpul este o unealtă. Întrebarea importantă este cine sau ce foloseşte această unealtă? Ce anume se foloseşte de inteligenţa ta, de mintea ta raţională: ego-ul sau ceva mai înţelept?

Mintea raţională, abilitatea de a gândi şi a raţiona este un dar de la Dumnezeu. Este o oglindire a Inteligenţei mai ample care v-a creat. Această capacitate de a raţiona nu face însă parte din mintea programată. Condiţionările şi alte programări, inclusiv ego-ul, aparţin unui aspect mai primitiv al minţii, care nu este raţional, obiectiv sau înţelept. Această parte primitivă a creierului intră adesea în conflict cu partea raţională a creierului. Sunt sigur că acest lucru vă este destul de clar.

Deci am putea spune că există trei aspecte ale inteligenţei: mintea condiţionată sau programată, mintea raţională sau cugetătoare şi înţelepciunea sau cunoaşterea intuitivă.

Mintea condiţionată sau programată este domeniul ego-ului, iar ego-ul face parte el însuşi din această programare. Ego-ul este senzaţia programată de a fi separat şi aparte de Tot-ceea-ce-există.

Ego-ul este software-ul defectuos care v-a fost dat, iar vocea ego-ului este acea voce din capul vostru. El se bazează în mare parte pe frică, iar dorinţele pe care le generează şi acţiunile care decurg din aceste dorinţe sunt concepute pentru a linişti temerile ego-ului.

Mintea raţională este hardware-ul, computerul funcţional. Mintea raţională poate fi folosită de ego pentru a obţine satisfacerea dorinţelor sale sau poate fi folosită de Divin pentru a îndeplini intenţiile şi planul divin. Mintea raţională este neutră. Aşa cum am spus, este un instrument care poate fi folosit fie de ego, fie de Divin.

Înţelepciunea sau cunoaşterea intuitivă provine mai ales de dincolo de creier. Este vocea Divinului care încearcă să călăuzească viaţa omului, dar este negată uneori de dominaţia vocii din cap.

Ca să revenim la întrebarea noastră, cui îi sunteţi loiali? Ca întotdeauna, chestiunea este cine controlează corpul-minte? Este la cârmă ego-ul sau Sinele divin? Ego-ul este stăpânul vieţii majorităţii oamenilor, dar nu în totalitate. Sinele divin are şi el ceva de spus, adesea fără ca persoana să fie conştientă de acest lucru. Sinele divin reuşeşte să orienteze viaţa celor mai mulţi oameni în direcţia generală pe care o doreşte, în ciuda aderenţei lor la vocea din cap. Diferenţa este că cel care îşi urmează intuiţia acţionează în direcţia dorită de suflet cu mai puţin efort şi are parte, per ansamblu, de mai puţină suferinţă decât cel care urmează vocea din cap.

Deşi ego-ul nu îi împiedică pe cei mai mulţi oameni să îşi îndeplinească planurile sufletului, totuşi, el provoacă o mulţime de paşi greşiţi şi suferinţe inutile pe parcurs, chiar şi când omul are parte de abundenţă şi mult noroc în viaţă.

Pentru a fi liber şi fericit trebuie să devii conştient de unde îţi vin poruncile: de la vocea din capul tău sau de la înţelepciunea divină?

În măsura în care îi eşti loial vocii din cap, vei lua decizii proaste şi vei suferi. Iar în măsura în care îi eşti loial înţelepciunii tale divine, vei fi fericit şi nu vei suferi. Iată ce formulă frumoasă şi simplă: urmează-ţi înţelepciunea lăuntrică! Dar problema este că, pentru asta, trebuie să acţionezi contrar setării tale prestabilite şi mulţi nu înţeleg ce înseamnă să fie loiali înţelepciunii lor lăuntrice.

Cum să trăieşti astfel? Pare ceva misterios şi inacceptabil de vag, dar nu este. Fiecare dintre voi îşi urmează deja înţelepciunea lăuntrică. De fiecare dată când faceţi sau spuneţi ceva care vă face să vă simţiţi bine, înseamnă că vă urmaţi înţelepciunea lăuntrică. Asta se întâmplă foarte des, mai ales celor aflaţi pe o cale spirituală, care se străduiesc să facă nişte alegeri ceva mai conştiente. Mulţi dintre voi deja procedaţi astfel în mod natural şi automat. Din ce în ce mai mult, alegeţi în mod conştient ce să credeţi şi cum să vă comportaţi. Vă observaţi judecăţile şi gândurile negative, alegeţi să nu acţionaţi în baza lor şi faceţi o altă alegere. Atunci când faceţi asta, sunteţi loiali Adevărului, Divinului lăuntric.

Divinul din voi este bunătatea voastră naturală. Atunci când sunteţi loiali bunătăţii, vă simţiţi bine. Să alegeţi bunătatea ar putea fi considerată chiar o formulă de comportament.

Dar, ia staţi, oare nu aşa aţi fost învăţaţi: să fiţi buni?!

Ba da, aşa este, pentru că acea cunoaştere că bunătatea este bună şi că bunătatea este calea, este înscrisă în voi mai profund decât orice altă programare.

Vocea mică şi liniştită a Bunătăţii vă şopteşte mereu la ureche, dacă vreţi s-o ascultaţi. Fiţi-i loiali şi veţi fi cu adevărat fericiţi şi împăcaţi.

Vă doresc toată pacea şi fericirea naturii voastre divine. Eu sunt cu voi mereu.»

Capitolul 21

Adevărul despre speranţă

«Aş dori să vă vorbesc astăzi despre speranţă. S-ar putea să vă surprindă faptul că vă încurajez să aveţi speranţă, deoarece speranţa înseamnă încredere în viitor, iar eu v-am reamintit adesea că doar prezentul există. Viitorul este o fantezie şi o născocire.

Totuşi, pe când frica este o credinţă negativă în viitor şi mai mult decât inutilă, speranţa este o credinţă foarte folositoare. Speranţa este o convingere pozitivă, iar o convingere pozitivă este întotdeauna mai bună şi mai aproape de adevăr decât una negativă.

Valoarea convingerilor pozitive provine din faptul că ele pot acţiona ca nişte punţi către Prezenţă, către a fi, pur şi simplu, aici-şi-acum, unde ai acces la darurile Sinelui tău divin.

Speranţa este utilă, pentru că ea contracarează frica. Speranţa este antidotul contra fricosului de ego. Frica este atotprezentă în starea de conştiinţă egotică şi menţine această stare de iluzie.

Vedeţi voi, frica nu se bazează pe adevăr. Frica este reacţia emoţională a corpului la o credinţă negativă despre un viitor imaginar. Atunci, cum ar putea fi adevărată acea credinţă?! Frica este minciuna ce stă la baza percepţiilor false ale ego-ului şi a iluziilor ţesute de ego. Dacă n-ar fi frica, lumea iluzorie a ego-ului şi toate celelalte minciuni care o susţin s-ar destrăma.

De exemplu, fără cele două temeri fundamentale – că nu veţi supravieţui şi că nu veţi fi iubiţi – dorinţele ego-ului pot fi văzute aşa cum sunt în realitate: nişte născociri. Frica face ca dorinţele voastre să pară reale, importante şi necesare pentru supravieţuirea şi fericirea voastră, când, de fapt, ele nu sunt. Ca urmare, aceste dorinţe vă orientează alegerile şi acţiunile şi, astfel, vă modelează viaţa.

Iată cum vă este modelată viaţa de către frică. Temerile generează dorinţe, dorinţele generează acţiuni şi aceste acţiuni vă modelează viaţa. Acţiunile vă solicită energia şi timpul şi vă definesc viaţa.

Fără aceste frici şi dorinţe, ce ai face? În ce ţi-ai investi energia? Cum ţi-ai folosi timpul? Asemenea întrebări nici măcar nu-ţi vin în minte în starea de conştiinţă egotică. Ţi se pare că nu există altă valoare sau forţă

motrice a vieţii decât dorinţele ego-ului. Iar în această stare de conştiinţă, devine prea înfricoşător chiar şi numai să te gândeşti la ce s-ar întâmpla dacă nu ai urmări ceea ce crede ego-ul tău că ai nevoie pentru a supravieţui şi a fi fericit. Şi, din moment ce majoritatea celor din jur chiar lucrul ăsta-l fac, de ce l-ai mai pune la îndoială?!

Frica este motivul pentru care oamenii nu-şi pun la îndoială gândurile, deciziile pe care le iau sau modul în care îşi trăiesc viaţa. Starea de conştiinţă egotică duce la o viaţă lipsită de autoanaliză, în care oamenii se simt adesea la mila întâmplării, pentru că nu văd că în viaţă mai există şi altceva, în afară de încercarea lor de a obţine ceea ce cred ei că au nevoie pentru a fi fericiţi – adică ceea ce crede ego-ul lor că ar avea nevoie.

Dacă iubirea şi unitatea şi evoluţia ar face parte din lista de dorinţe a ego-ului, atunci starea de conştiinţă egotică nu ar fi o problemă. Însă ceea ce ego-ul încearcă să obţină pentru sine, ceea ce preţuieşte el lasă pe dinafară multe din chestiunile cu adevărat importante în viaţă. Şi de aceea starea de conştiinţă egotică nu aduce fericirea de durată. De fapt, nici nu are printre scopurile sale unele dintre cele mai importante lucruri din viaţă: iubirea, evoluţia, serviciul în slujba celorlalţi şi Adevărul, cu majusculă. Dar cel mai rău lucru despre starea de conştiinţă egotică este că, în esenţă, este o stare de frică şi senzaţie de lipsă, care te secătuieşte de bucuria vieţii. Doar în acele rare momente în care ego-ul a obţinut, în sfârşit, ceea ce vrea, atunci apare şi bucuria şi pacea.

Ai vrea să poţi simţi această fericire tot timpul, dar ea nu are cum să existe în starea de conştiinţă egotică. Nu poate să existe o fericire continuă atunci când te stăpâneşte frica, motiv pentru care simţi o senzaţie atât de înălţătoare atunci când chiar reuşeşti să fii fericit.

Fericirea şi frica sunt stări de conştiinţă care se exclud reciproc. De aceea, reuşeşti să te simţi fericit numai atunci când ai ieşit din starea de conştiinţă egotică şi te-ai cufundat în starea Sinelui tău adevărat. În sfârşit, pentru că o anumită dorinţă a fost satisfăcută, eşti în stare să te relaxezi şi doar-să-fii. Eşti împăcat, mulţumit şi lipsit de griji.

Cu toate acestea, de obicei, această senzaţie de mulţumire şi fericire nu durează mult. În scurt timp, ego-ul începe să se teamă de ceva sau se teme să piardă ceea ce tocmai a câştigat. Şi începi din nou să alergi după altceva de care crezi că ai nevoie pentru a fi în siguranţă şi fericit.

Puterea şi valoarea speranţei constă în faptul că îţi oferă acces la această stare de pace şi mulţumire chiar şi atunci când dorinţele tale nu sunt îndeplinite. Simpla speranţă că-ţi vor fi îndeplinite dorinţele cândva, în viitor, te lasă să te bucuri de momentul prezent şi de pacea şi mulţumirea adevăratei tale naturi. Această convingere pozitivă îţi permite să te relaxezi, doar-să-fii şi să trăieşti clipa aşa cum este ea.

Speranţa, credinţa pozitivă în viitor şi, mai ales, încrederea în viaţă în general, este atât o punte către adevărata ta natură sau Prezenţa, cât şi un mijloc de a rămâne acolo. Este puţin ironic că un gând despre viitor te poate ajuta să fii mai prezent, dar acest lucru este valabil pentru toate gândurile pozitive. Ele îţi oferă un răgaz de la frica şi negativitatea ego-ului, ceea ce îţi permite să te relaxezi şi să te laşi dus în experienţa pe care adevăratul tău Sine o are aici-şi-acum. Iar adevăratul tău Sine este întotdeauna fericit, împăcat şi îndrăgostit de viaţă.

Întotdeauna îţi este posibil să simţi adevăratul tău Sine, care se simte minunat aici, pe planeta Pământ. Dar această trăire liniştită, încântătoare şi, totuşi, simplă, este de obicei umbrită de identificarea cu vocea din cap – care îţi provoacă senzaţia că mereu îţi lipseşte ceva şi că nu eşti cum ar trebui să fii, sentimentul că trebuie să te străduieşti să obţii tot ceea ce ego-ul spune că ai nevoie, căci altfel nu va fi de bine. Dar asta nu-i adevărat.

Partea tristă este că, atâta timp cât crezi ce spune ego-ul, nu vei putea să te relaxezi şi doar-să-fii. Te vei strădui mereu să fii cineva şi să realizezi ceva. Acest lucru este epuizant. Tu eşti deja acel cineva care trebuie să fii şi ai deja în tine tot ce ai nevoie pentru a fi fericit şi împăcat.

Desigur, nu-i nimic rău în a realiza diverse lucruri. Adevăratul tău Sine te inspiră să realizezi o mulţime de lucruri, dar în acelaşi timp, te inspiră şi să te bucuri de viaţă, să te odihneşti, să fii fericit, să te distrezi, să iubeşti, să evoluezi, să creezi şi să te conectezi cu Sinele tău dumnezeiesc şi înţelepciunea sa.

Problema cu strădaniile ego-ului este că nu-ţi lasă prea mult timp pentru aceste lucruri esenţiale: contemplarea, doar-a-fi, a iubi, a crea, a râde, a te juca, a creşte şi a te bucura de viaţă aşa cum este ea. Acestea sunt darurile care decurg din a fi în prezent. Deci, dacă nu vei petrece ceva timp în prezent, nu vei simţi fericirea adevărată, iubirea adevărată,

inspiraţia creativă, înţelepciunea şi multe alte daruri care provin din armonizarea cu adevărata ta natură.

Aceasta este starea în care eşti menit să trăieşti. Tot ceea ce se realizează din starea de conştiinţă egotică poate fi realizat şi din Prezenţă, ba chiar mult mai uşor şi mai vesel. Dacă trăieşti în Prezenţă, vei supravieţui mult mai bine, vei iubi, vei prospera, vei crea şi te vei comporta cu înţelepciune. Îţi vei câştiga existenţa într-un mod plăcut şi satisfăcător sau vei fi sprijinit cumva. Vei fi plin de iubire şi vei atrage către tine oameni iubitori. Te vei simţi împlinit dăruind şi împărtăşind cu ceilalţi. Şi vei evolua aşa cum trebuie, pentru că vei avea înţelepciunea de a lua tot ce-i mai bun din fiecare experienţă.

Speranţa este unul dintre acele daruri care izvorăsc din natura ta divină. Spuneam că speranţa înseamnă încredere în viitor. Într-un sens mai larg, este încrederea în viaţă. Acest sentiment pozitiv în privinţa vieţii are ca rezultat o senzaţie de relaxare, pace şi iubire. Deseori, poţi ajunge la acest sentiment prin afirmarea unui gând pozitiv despre viitor, dar nu întotdeauna. Uneori, credinţa ta într-un viitor sumbru este mai puternică decât credinţa într-unul luminos. Pentru a te simţi plin de speranţă, s-ar putea să fie nevoie să-ţi analizezi temerile legate de viitor şi să-ţi dai seama că ele sunt doar nişte fantezii, nu sunt reale.

Oamenii sunt programaţi să creadă în temerile lor, în aceste închipuiri, aşa că s-ar putea să fie nevoie de ceva efort pentru a desluşi sau demasca aceste minciuni. Ar fi bine să vă notaţi fricile legate de viitor. Faceţi o listă cu ele pentru a le putea examina. Acest mod de a le privi nu le va întări, ci le va demasca. Minciunile sunt puternice doar atâta timp cât nu sunt demascate ca fiind minciuni. Aşa că numiţi-vă temerile, observaţi ce vă comunică mintea voastră egotică, apoi treceţi în revistă aceste frici una câte una şi întrebaţi-vă dacă sunt adevărate. Răspunsul va fi întotdeauna “nu”, pentru că viitorul nu poate fi cunoscut. S-ar putea întâmpla ceva rău? Orice este posibil, dar recunoaşteţi că temerile voastre nu sunt nişte predicţii. Nu au fost şi nu vor fi niciodată predicţii. Viitorul nu poate fi cunoscut şi, cu atât mai puţin, de către mintea voastră egotică.

Oamenii vor să creadă că temerile le asigură siguranţa şi că sunt utile, dar nu este aşa. Dacă vă credeţi fricile, veţi căuta soluţii în mintea egotică, ceea ce nu va fi de folos. Ego-ul nu ştie cum să vă trăiţi viaţa.

Mintea egotică este doar un computer învechit şi prost programat. În loc să fie utilă, frica vă împiedică să vă accesaţi înţelepciunea înnăscută.

În schimb, atunci când sunteţi prezenţi la viaţă, înţelepciunea care decurge din această stare vă va proteja. A fi prezent nu este doar o stare de mulţumire şi pace, ci şi cea mai sigură stare posibilă. Cel mai bun gen de speranţă nu este speranţa sau încrederea într-un anumit rezultat viitor, deşi este mai bine decât să crezi într-un rezultat negativ. Ci cel mai bun gen de speranţă este credinţa în bunătatea vieţii, în faptul că viaţa este mărinimoasă, că ea îţi aduce ceea ce ai nevoie, inclusiv lecţiile de care ai nevoie, dar şi ceea ce ai nevoie pentru a trece peste dificultăţi şi a deveni o persoană mai bună din toate punctele de vedere.

Speranţa este credinţa că iubirea se află la baza vieţii şi că te susţine la toate nivelurile. Este credinţa profundă că totul este bine şi se desfăşoară aşa cum trebuie.

Analizaţi-vă viaţa şi observaţi bunăvoinţa Vieţii. Iar dacă viaţa nu vi se pare cumsecade, se întâmplă aşa doar pentru că aţi făcut alegeri care au generat situaţii neplăcute. Dar chiar şi atunci, situaţiile au în sine un potenţial de progres şi creştere.

Provocările vieţii sunt doar modul în care învaţă fiecare om. Ele nu sunt dovada că viaţa n-ar fi binevoitoare. Observaţi ce v-a adus viaţa: oportunităţile, oamenii, dragostea şi sprijinul de care aţi avut nevoie de-a lungul timpului. Şi fiţi recunoscători pentru generozitatea vieţii. Recunoştinţa vă va deschide inima şi, de acolo, se va revărsa dragostea.

Vă mulţumesc că aţi fost aici, cu mine. Eu sunt cu voi mereu.»

Capitolul 22

Să facem din fiecare zi o sărbătoare

«Astăzi este o zi specială, pentru că este Crăciunul. Iar Crăciunul este o sărbătoare iubită în întreaga lume. Ce minunat este să te opreşti din muncă, să te întâlneşti cu cei dragi şi să sărbătoreşti viaţa, în special o nouă viaţă, o zi de naştere. Crăciunul este o zi pe care mulţi, în special copiii, o aşteaptă cu nerăbdare, cu săptămâni înainte de sosirea ei. Mai ales această aşteptare este deosebit de plăcută. În capul copiilor se învârt atâtea idei şi vise despre cum va fi această zi şi ce va aduce. Ce minunat este că au ce să aştepte cu nerăbdare şi la ce să viseze! Pentru majoritatea copiilor, această visare şi fantezie despre viitor constituie specificul acestei sărbători. Iar apoi soseşte momentul mult aşteptat al deschiderii cadourilor şi explozia de bucurie când primesc ceea ce este dăruit cu dragoste. Această sărbătoare este foarte specială pentru copii.

Dar Crăciunul are şi o parte întunecată, după cum bine ştiţi. Nu toţi copiii primesc multe cadouri sau nu acele cadouri pe care şi le-ar dori, şi atunci suferă. Cumpărarea cadourilor pentru copii şi crearea atmosferei magice specifice acestei sărbători îi solicită şi pe adulţi: Bradul de Crăciun, luminile, prăjiturile, plăcintele, ciorapii şi ramurile de agrişe. Este nevoie de multă muncă pentru a crea un Crăciun magic.

Poate vă întrebaţi unde vreau să ajung cu această introducere. Ceea ce vreau să spun este că Crăciunul a devenit un exerciţiu de creare a unei atmosfere şi a unui sentiment de iubire cu ajutorul cadourilor şi al tuturor celorlalte accesorii. Scopul este de a-i face pe copii şi pe ceilalţi extrem de fericiţi oferindu-le lucrurile mult-dorite: mâncare delicioasă, o atmosferă frumoasă şi primitoare şi o experienţă ieşită din comun. Cu alte cuvinte, scopul este de a crea experienţa de a avea tot ceea ce îţi doreşti, precum şi pacea şi iubirea care o însoţesc.

Este admirabil că vreţi să creaţi această atmosferă de fericire şi iubire pentru ceilalţi. Acesta este spiritul Crăciunului, să le oferiţi celorlalţi ceea ce îi va face fericiţi şi să faceţi aceste momente cât mai plăcute şi mai emoţionante. Dar, în cele din urmă, bradul de Crăciun se usucă sau este pus deoparte, lucrurile revin la normal şi luciul cadourilor se şterge. Crăciunurile vin şi pleacă şi, odată cu ele, entuziasmul şi

plăcerea pe care le aduc. Acest lucru este întotdeauna valabil pentru plăcerile fizice, care se estompează destul de repede şi s-ar putea să rămâi şi cu o durere de burtă.

Însă Crăciunul reuşeşte să demonstreze un lucru, cu certitudine, anume că dăruirea este o sursă de bucurie. Da, să primeşti este foarte distractiv – şi adesea se crede că ar fi sursa bucuriei. Dar să vezi cum se măresc ochii copiilor înainte de a-şi desface cadourile, asta aşteaptă fiecare părinte cu nerăbdare. Asta-i bucuria de a dărui.

Problema cu Crăciunul este că se termină şi poate chiar să te dezamăgească, ceea ce nu este ceva neobişnuit. Când, în sfârşit, primeşti ceva ce ţi-ai dorit de mult timp, apare imediat şi dualitatea. Jucăria sau orice altceva se strică ori te plictiseşti de ea. Şi atunci, ce faci? Spre altă jucărie, spre alte surse de plăcere.

Scopul Crăciunului şi al altor sărbători, cum ar fi zilele de naştere, este de a crea o trăire de dragoste şi fericire, în care oamenii se relaxează, râd şi se distrează împreună, în care copiii chiuie de bucurie şi sar în sus şi în jos, în care viaţa pare magică.

Din fericire, nu trebuie să fie Crăciunul sau o altă sărbătoare pentru a simţi fericirea, dragostea şi magia. Iar cadourile şi toate celelalte accesorii ale sărbătorilor nici măcar nu sunt necesare. Deci întrebarea care se pune este: Cum poţi să te simţi astfel în fiecare zi? Cum să ai parte de dragoste şi sărbătoare în fiecare zi? Cum poţi face ca fiecare zi să fie magică, ca o sărbătoare? Cum poţi face o zi sfântă din fiecare zi?

Multe sărbători, inclusiv Crăciunul, zilele de naştere, absolvirile, căsătoriile şi petrecerile de majorat au ca scop celebrarea începutului a ceva sau a unui nou început. Este în ADN-ul vostru să sărbătoriţi finalurile şi începuturile. Astfel de sărbători au existat de-a lungul întregii istorii a omenirii. Secretul pentru a face viaţa ceva mai magică este să recunoaşteţi că fiecare moment este un nou început – prin urmare, este demn de sărbătorit – dar şi un sfârşit – care este, de asemenea, demn de sărbătorit.

Sărbătorile sunt un model cum să vă arătaţi respectul şi să spuneţi "la revedere" vechiului, în timp ce întâmpinaţi noul. Ele sunt un model de cum să vă trăiţi viaţa. Trăiţi fiecare moment ca pe o sărbătoare de recunoştinţă pentru ceea ce a fost înainte, pentru ceea ce este şi pentru ceea ce ia naştere.

Problema cu căutarea fericirii în viitor, aşa cum fac atât de mulţi de Crăciun, este că poţi trece cu vederea magia acestui moment de acum. Fanteziile despre un presupus viitor te împiedică să simţi cum se arată viaţa acum.

În loc să trăieşti prezentul, trăieşti fantezia ta, o idee imaginară. Iar când faci asta, trăieşti în tărâmul mental, nu în realitate. Şi uneori îţi sacrifici fericirea în favoarea stresului, încercând să te pregăteşti intens pentru acel presupus viitor ideal imaginat. Din cauza programării pe care o aveţi, vă este foarte dificil să trăiţi altfel decât visând la o fericire viitoare. Este o mare provocare să poţi găsi fericirea în momentul de acum. Oamenii renunţă la fericirea de azi pentru visul fericirii viitoare, fără să-şi dea seama ce fac. Însă viitorul nu vine niciodată. Întotdeauna există doar momentul prezent.

Acest moment, trăirea pe care o ai chiar acum este tot ce vei putea avea vreodată. Crăciunul vorbeşte despre iubire şi pace, iar iubirea şi pacea există doar în acest moment. Nu le vei putea găsi în niciun alt moment, căci nu mai există vreun alt moment. Iar iubirea şi pacea sunt disponibile în fiecare moment, nu doar de Crăciun sau într-o altă zi în care îţi sunt împlinite visele. De fapt, acele zile speciale, Crăciunul, nunţile şi aniversările sunt adesea atât de aglomerate şi pline de stres, încât numai de iubire şi pace nu poate fi vorba.

Sunteţi meniţi să găsiţi iubirea şi pacea de Crăciun, ca şi în oricare alt moment. Crăciunul nu înseamnă plăcerea efemeră de a desface cadourile, ci de a renunţa la temeri şi griji, de a te relaxa, de a iubi şi, în sfârşit, de a te simţi împăcat. Or, asta poţi alege oricând. Ba chiar, se cuvine să faci loc în viaţă şi pentru relaxare, pace şi iubire.

Sărbătorile au rolul să vă reamintească de fericirea, pacea şi iubirea care sunt posibile în fiecare moment. Crăciunul are legătură mai mult cu voioşia decât cu mâncarea şi băutura.

Deci, cum să faci ca fiecare moment să fie o sărbătoare şi plin de veselie? Răspunsul este acelaşi ca şi în cazul Crăciunului: urmăreşte să dăruieşti, nu să primeşti. Chiar în acest moment, oare cauţi să primeşti ceva de la viaţă sau să dăruieşti vieţii? Dacă încerci să capeţi ceva, să profiţi de clipă, înseamnă că te identifici cu sinele fals şi nu vei putea găsi magia acestui moment. Pe de altă parte, dacă dăruieşti vieţii, dacă îi

acorzi vieţii întreaga atenţie, acel "tu" care acţionează în acest fel este Sinele tău divin şi vei simţi magia vieţii.

Tot ceea ce-ţi pretinde viaţa este să îi acorzi întreaga ta atenţie. Asta-i tot. Dă atenţie vieţii tale. Acordă-i atenţie persoanei din faţa ta. Acordă atenţie la orice trăieşti, inclusiv la orice emoţii, dacă există, acordă-le iubirea, respectul, îngăduinţa, compasiunea, răbdarea ta.

Acela care acordă atenţie este adevăratul Sine, Sinele tău divin, în timp ce acela care se identifică cu şuvoiul de gânduri şi care este aruncat încolo şi încoace de ele, este sinele fals. Sinele fals încearcă mereu să obţină ceva de la viaţă, pentru că simte că-i lipseşte ceva. Aşa că, mereu caută altceva decât ceea ce-i oferă momentul prezent. Mereu vrea altceva decât ceea ce există sau vrea mai mult din ceea ce există. Iar în această stare nu există pace, nu există iubire şi, cu certitudine, nu există nici magie.

În măsura în care îţi doreşti ceva – fie chiar şi dragostea şi pacea Crăciunului – mai mult decât ceea ce există chiar aici-şi-acum, vei suferi. Dacă îţi păstrezi dragostea şi atenţia, pasiunea, pentru ceva din viitor, vei fi întotdeauna dezamăgit, nu numai atunci, în viitor, ci şi în momentul prezent, deoarece prezentul nu se va ridica niciodată la înălţimea fanteziilor tale despre ce înseamnă un moment ideal.

Acesta este motivul pentru care mulţi se simt dezamăgiţi de Crăciun când, în cele din urmă, el vine. Nu găseşti acolo magia pe care ţi-ai imaginat-o, sau nu în măsura în care ai sperat. Vocea din capul tău îţi flutură mereu ceva "mai bun" prin faţă. Astfel, chiar şi în dimineaţa de Crăciun, poţi fi nefericit, pentru că nu trăieşti experienţa la care te-ai aşteptat sau pe care ai sperat-o.

Nu poate fi găsită fericirea adevărată în minte, ci doar vise şi dorinţe pentru o viaţă mai perfectă, pentru un moment mai perfect într-un viitor care nu va veni niciodată. Oare când vei hotărî că acest moment îşi este sieşi suficient?! Când vei înţelege cu adevărat că acest moment este tot ceea ce există, atunci te vei lăsa purtat de el şi ţi se va părea magic. Magia a fost tot timpul aici, în acest simplu moment, nu în bradul de Crăciun sau în focul din şemineu. Poţi găsi magia şi în acestea, dacă eşti foarte prezent la ele, foarte liniştit şi tăcut atunci când le percepi. Dar, după cum ştii, te poţi afla în atmosfera cea mai magică şi tot să nu simţi magia, pentru că tu eşti cel care face magia.

Doar tu poţi stabili dacă este vreo magie în aici-şi-acum sau nu. Acest “tu” este adevăratul tău Sine. El este magicianul, observatorul tăcut şi cel ce experimentează toate lucrurile.

Dacă nu vei mai percepe viaţa prin prisma minţii, a ego-ului tău, atunci vei percepe magia. Viaţa este menită să fie magică, iar magia este răsplata pentru că trăieşti aşa cum ţi-e menit să trăieşti. Această magie este nepreţuită şi nu poate fi cumpărată. Nu o poţi cumpăra dintr-un magazin, nu o poţi dărui nimănui, nu o poţi vedea, dar o poţi simţi.

Şi totuşi, trebuie să plăteşti ceva pentru ea. O plăteşti cu atenţia ta, sacrificând sinele tău fals, adică toate gândurile pe care le ai despre tine şi viaţa ta.

Oare eşti dispus să renunţi la gândurile despre tine şi despre viaţa ta şi despre cum merge ea şi cum ai vrea să decurgă în viitor, în schimbul acestei trăiri misterioase şi magice, în care nu există niciun “tu”, nicio strădanie de a ajunge undeva sau de a fi cineva şi nicio dorinţă ca ceva să fie altfel de cum este deja?!

Asta este ceea ce ţi-ai dorit întotdeauna cu adevărat, să poţi să te odihneşti în momentul de acum, să fii împăcat şi să simţi magia din toate lucrurile.

Vă doresc cel mai minunat şi magic moment de acum şi în toate clipele! Eu sunt cu voi mereu.»

POSTFAŢĂ

Despre cărţile transmise de Isus prin channeling

Mulţi sunt curioşi cum am scris prin channelling cărţile transmise de Isus, aşa că voi spune câte ceva despre asta. Primesc de la Isus cărţile în acelaşi mod în care Helen Schucman a primit “Un curs în miracole”, despre care se spune că ar fi fost dictată tot de Isus. Mulţi alţii au primit scrierile lor în acest fel, printre care Sf. Tereza din Avila, Sf. Hildegard de Bingen, Richard Bach şi Neale Donald Walsch. Această metodă de primire a informaţiilor se numeşte channelling conştient. Procesul constă în a auzi cuvintele mental şi a le scrie în timp ce le auzi, fără niciun alt gând. Pot primi acest tip de comunicare oriunde. Nu trebuie să fiu într-o stare meditativă sau în transă. Tot ce trebuie este să nu gândesc.

Când primesc această dictare, este ca şi cum Isus ar sta pe un scaun lângă mine rostind cuvintele, numai că acele cuvinte sunt auzite mental. Pot să pun întrebări în timpul acestui dicteu şi să primesc răspunsuri, dar procesul funcţionează cel mai bine atunci când mintea mea nu se amestecă. Atunci, fluxul inspiraţiei curge lin, rapid şi fără întrerupere, până când se ajunge la un punct de oprire. Când scriu o carte, de obicei scriu 700-1500 de cuvinte în fiecare dimineaţă şi apoi le revizuiesc mai târziu în aceeaşi zi, adăugând punctuaţia şi alineatele necesare. Textul necesită doar foarte puţină editare şi nici nu schimb ceva în organizarea cărţii. Cărţile îmi sunt date fără ca eu să ştiu ce va include cartea, deşi mi se oferă un sumar.

Să scrii în acest fel seamănă puţin cu a conduce autovehiculul neştiind unde mergi, prin faptul că nu ştiu ce urmează, deşi aş putea intui. Trebuie să am o încredere constantă că fragmentele se vor îmbina bine, ceea ce se întâmplă întotdeauna. Nu aş fi putut scrie aceste cărţi de una singură. Cărţile acestea sunt profesorii mei şi mă simt privilegiată să le împărtăşesc cu voi.

Mulţi se mai întreabă cum de am ajuns să fiu un channel pentru Isus, aşa că vă voi destăinui şi asta. Nu am cerut şi nici nu mi-am dorit neapărat să fiu un channel pentru Isus şi nu aveam nicio idee că munca mea va lua această întorsătură. Viaţa este plină de surprize! Totuşi, în 2012, am suferit o transformare spirituală profundă şi am devenit

conştientă de o legătură profundă cu linia creştină de-a lungul multor vieţi anterioare. În acel an, în toamnă, mi s-a arătat Maica Domnului. Am văzut-o şi am vorbit cu ea. Ea mi-a spus că ar dori ca eu să scriu o cărticică pentru ea şi că va veni şi Isus în curând.

Ulterior, am început să am experienţe lăuntrice cu Maica Domnului, Isus şi un grup de alţi douăzeci şi şase de Maeştri Ascensionaţi, pe care îi vedeam cu ochii minţii şi îmi vorbeau în cuvinte pe care le auzeam clar în minte. Motivul pentru care au apărut la acel moment este că atinsesem un punct în evoluţie şi în viaţă când puteam lucra mai strâns cu ei. Iată câteva dintre experienţele lăuntrice pe care le-am avut în 2013 cu Maica Domnului şi Isus, pe care le-am înregistrat în jurnalul meu spiritual:

„Faţa lui Isus s-a materializat pentru doar câteva secunde şi a început să vorbească cu mine. Am văzut asta cu ochii minţii şi i-am auzit cuvintele în cap. Isus spunea că el şi diverşi Maeştri Ascensionaţi erau în spatele activităţii mele şi că mă pregătisem pentru acest rol de channel timp de eoni. El spunea că, prin cuvintele pe care eu şi alţii le scriu, ei vindecă lumea şi că cuvintele au multă putere astăzi, deoarece pot ajunge la atâţia oameni. Când vorbea Isus, simţeam cât de mare este el ca fiinţă spirituală. Este unul dintre principalii paznici ai acestei planete. El mi-a explicat că este accesibil tuturor celor care îi sunt dedicaţi şi oricui îl cheamă."

Cu altă ocazie, am înregistrat acest lucru: „Am simţit şi am văzut cu ochii minţii un cerc de fiinţe în jurul meu, care erau Maeştri Ascensionaţi. Păreau un cerc de fiinţe de lumină. Deşi nu aveau figuri clare, adunarea era pătrunsă de un sentiment de veneraţie şi sfinţenie.

Îmi transmiteau intuitiv un sentiment de sărbătoare, ca de ziua mea de naştere. Era o flacără deasupra fiecăruia dintre capetele lor şi deasupra mea, în timp ce stăteam în centrul cercului. Scena arăta puţin ca un tort aniversar şi mă întrebam dacă lumânările de pe tort simbolizau o nouă naştere sau o nouă fază, căci aşa mi se părea. Mi s-a spus că era o iniţiere. După câteva clipe, au început să plece pe rând şi a rămas doar unul. Era Isus. El a spus: *«Bine ai venit, iubitul meu copil»* şi şi-a întins braţele. *«Acum faci parte din acest cerc. Ai ajuns la destinaţie. Vom fi mereu cu tine. Vei primi instruire în curând.»*

Mi s-a explicat mai târziu că pregătirea despre care vorbea Isus se referea la faptul că voi deveni un instrument al învăţăturilor sale şi un transmiţător la Conştiinţei Cristice şi că această pregătire se va întâmpla în timp ce dorm şi în alte ocazii.

Şi într-o altă zi, iată ce am scris: „În meditaţie, am simţit imboldul să o chem pe Fecioara Maria. Mi-a apărut şi mi-a spus: *«Preafericito, am o binecuvântare pentru tine şi un trandafir»*. Am văzut apoi cu ochii minţii cum mi-a înmânat un trandafir roşu. *«Trandafirul este un simbol al iubirii şi al legăturii cu totul şi cu mine. Când vezi un trandafir, gândeşte-te la mine»*, a spus. Binecuvântarea pe care mi-a dat-o am simţit-o ca pe o melasă, curgând încet pe corp din cap până în picioare. ”

Ulterior, am aflat de la un erudit religios că trandafirul în creştinism este ca lotusul în hinduism şi că Fecioara Maria este adesea văzută cu trandafiri. Trandafirii au făcut parte din minunea săvârşită de Fecioara din Guadalupe, iar Maica Domnului Maria este adesea înfăţişată cu trandafiri la picioare. În plus, adesea este desenat un trandafir în centrul crucii. Cu altă ocazie, Fecioara Maria mi-a pus o coroană de trandafiri pe cap, m-a numit copilul ei şi a spus că va fi prezentă pentru a mă saluta şi a mă îmbrăţişa la sfârşitul vieţii mele terestre. M-am simţit ca în cer şi parcă o ştiam dintotdeauna.

Se simte o puritate deosebită în prezenţa acestor fiinţe şi în comunicările lor. Sunt iubitoare, îngăduitoare şi ne respectă foarte mult liberul-arbitru. Le văd interior, le simt energiile şi le aud vocile distincte. Sunt channel din 1986, aşa că am experienţă cu diferitele fiinţe din alte dimensiuni, inclusiv cele false, despre care am vorbit în interviul meu de pe batgap.com, pe care îl puteţi asculta pe site-ul meu.

Când am început să lucrez pentru prima dată cu Isus, l-am întrebat dacă ar trebui să-l menţionez ca autor, fiind oarecum îngrijorată de ce ar putea crede lumea când pretind asta. El a spus că sunt liberă să nu fac aceste cărţi, dar dacă le fac, el vrea ca oamenii să ştie că acestea sunt cuvintele lui. El dorea ca oamenii să aibă o experienţă directă şi personală cu el. Văd acum că, scriind aceste cărţi din partea lui, au o putere mai mare decât dacă le-aş fi semnat eu.

M-a preocupat nu doar aparenta ostentaţie de a-l pretinde pe Isus ca autor al acestor cărţi, ci şi de asociaţiile negative pe care mulţi oameni „spirituali, dar nu religioşi”, le fac cu creştinismul şi cu religia, în general,

referitor la accentul pus pe vinovăţie, frică şi judecată. Dar tocmai aceste distorsiuni ale învăţăturii sale şi rănile pe care le-au provocat doreşte Isus acum să corecteze şi să vindece prin cărţile pe care le scriem împreună.

Sunt atât de fericită să vă împărtăşesc cuvintele sale. Aceste cărţi mi-au fost profesori şi mă simt smerită şi binecuvântată că sunt slujitoarea lor. Aşa mă simt oricum. Scrierea acestor cărţi a fost o „alegere fără alegere".

O altă întrebare care mi se pune adesea este: „De unde ştii că este Isus?" Ar putea părea scandalos să pretind că îl canalizez pe Isus, deoarece el este o figură atât de proeminentă a acestei lumi, dar Isus este în contact cu mulţi, mulţi oameni, deşi nu chiar atât de mulţi pot şi vorbi cu el. El mi-a spus că este accesibil pentru oricine îi este devotat lui şi mesajului său. El este foarte legat de oameni şi de transformarea conştiinţei pe această planetă, împreună cu mulţi alţi Maeştri Ascensionaţi.

Iată o altă idee care vi s-ar putea părea interesantă. Entităţile astrale inferioare care se joacă cu unii mediumi o fac pentru a obţine putere pe tărâmul lor, spunând oamenilor ce să facă. Sunt nişte escroace şi se pot preface că sunt fiinţe superioare, cum ar fi Isus sau Buddha, dar interacţiunea cu ele nu va aduce nimic de valoare.

Pe de altă parte, entităţi superioare, precum Isus şi fiinţa pe care am fost canalizat-o timp de douăzeci şi trei de ani înainte de Isus, care s-a retras cu graţie în 2012, operează conform legilor şi regulilor superioare. Ele nu pot să se prezinte cu alt nume şi niciodată nu fac rău, nu manipulează, nu le comandă oamenilor ce să facă şi rareori oferă informaţii personale despre viitor. Ele învaţă şi vindecă şi lucrează prin mediumi pentru a învăţa şi vindeca. Oferă ajutor şi dragoste, dar nu te manipulează niciodată şi nu îţi măresc ego-ul.

Entităţile inferioare, pur şi simplu, nu ar putea şi nici nu ar scrie o carte cum sunt cele transmise prin mine, deşi ar putea repeta câteva fraze din înţelepciunea perenă pe care le-au cules de ici, de colo, dacă asta le-ar ajuta la înşelăciune. Nu ar fi distractiv să scrie o carte şi este un proiect prea lung pentru ele. Dar, cel mai important, nu sunt suficient de înţelepte pentru a o face. Deci, când se transmite o carte întreagă, plină de înţelepciune de la început până la sfârşit, şi se spune că este de la Isus,

atunci chiar este Isus, pentru că cei capabili de o astfel de înţelepciune nu şi-ar falsifica identitatea: „După roadele lor, îi veţi cunoaşte”.

Ca o digresiune, orice diferenţe în numeroasele cărţi venite de la Isus se datorează, probabil, diferenţelor între educaţia şi vocabularul mediumilor respectivi. Mediumii sunt instrumente, iar aceste instrumente influenţează ceea ce trece prin ele şi cât de clar.

Plină de fericire şi recunoştinţă, împărtăşesc cu voi aceste cuvinte de la Isus şi relaţia mea cu el, pentru că aceasta m-a îmbogăţit foarte mult şi sper că vă va îmbogăţi şi pe voi. Deci, iată-le! Cărţile dictate de Isus până în 2020 sunt “The Jesus Trilogy”, “A Heroic Life”, “All Grace”, “In the World but Not of It”, "What Jesus Wants You to Know Today" şi cinci cărţi audio numite “Jesus Speaking”, inclusiv aceasta.

DESPRE AUTOR

GINA LAKE este o învăţătoare spirituală nondualistă şi autoarea a peste douăzeci de cărţi despre trezirea la adevărata natură. Ea este, de asemenea, un medium şi senzitiv talentat, cu un master în Consiliere psihologică şi o experienţă de peste douăzeci şi cinci de ani în sprijinirea oamenii în evoluţia lor spirituală. În 2012, Isus a început să dicteze cărţi prin intermediul ei. Aceste învăţături de la Isus se bazează pe adevărul universal, nu pe vreo religie. Site-ul ei oferă informaţii despre cărţile sale şi cursul online, un ebook gratuit, un blog şi înregistrări audio şi video:

www.RadicalHappiness.com